

***STORYTELLING* UNTUK MENINGKATKAN KEBERMAKNAAN HIDUP
LANZIA (STUDI DI POSYANDU LANZIA DESA TEGALWERU
MALANG)**

SKRIPSI



**Oleh:
Nurul Putri Utami
201310230311200**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG
2017**

***STORYTELLING* UNTUK MENINGKATKAN KEBERMAKNAAN HIDUP
LANSIA (STUDI DI POSYANDU LANSIA DESA TEGALWERU
MALANG)**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Universitas Muhammadiyah Malang
sebagai salah satu persyaratan untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Psikologi**

**Oleh:
Nurul Putri Utami
201310230311200**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG
2017**

LEMBAR PENGESAHAN

- a) Judul Skripsi : *Storytelling* Untuk Meningkatkan Kebermaknaan
Hidup Lansia (Studi di Posyandu Lansia Desa
Tegalweru Malang)
- b) Nama Peneliti : Nurul Putri Utami
- c) NIM : 201310230311200
- d) Fakultas : Psikologi
- e) Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Malang
- f) Waktu Penelitian : 12 – 22 Januari 2017

Skripsi ini telah diuji oleh dewan penguji pada tanggal 15 April 2017

Dewan Penguji

Ketua Penguji : Dr. Iswinarti, M.Si.

Anggota Penguji : 1. Adhyatman Prabowo, M.Psi.
2. Dr. Djudiyah, M.Si.
3. Diana Savitri Hidayati, M.Psi.

Pembimbing I

Pembimbing II

Dr. Iswinarti, M.Si.

Adhyatman Prabowo, M.Psi.

Malang,

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang

Dr. Iswinarti, M.Si.

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Nurul Putri Utami
NIM : 201301230311200
Fakultas/ Jurusan : Psikologi/ Psikologi
Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Malang

Menyatakan bahwa skripsi/karya ilmiah yang berjudul : *storytelling* untuk meningkatkan kebermanaknaan hidup lansia (studi di Posyandu Lansia Desa Tegalweru Malang).

- a) Adalah bukan karya orang lain baik sebagian maupun keseluruhan kecuali dalam bentuk kutipan yang digunakan dalam naskah ini dan telah disebutkan sumbernya.
- b) Hasil tulisan karya ilmiah/skripsi dari penelitian yang saya lakukan merupakan Hak bebas Royalti non eksklusif, apabila digunakan sebagai sumber bebas pustaka.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya apabila pernyataan ini tidak benar, maka saya bersedia mendapat sanksi sesuai dengan undang-undang yang berlaku.

Malang, 15 April 2017

Mengetahui
Ketua Program Studi

Yang menyatakan

Yuni Nurhamida, S.Psi., M.Si.

Nurul Putri Utami

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya kepada penulis sehingga skripsi dengan judul “*Storytelling* untuk Meningkatkan Kebermaknaan Hidup Lansia (Studi di Posyandu Lansia Desa Tegalweru Malang)” dapat terselesaikan. Penyusunan skripsi ini diajukan sebagai salah satu syarat untuk meraih gelar Sarjana Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang.

Dalam proses penyusunan skripsi, penulis memperoleh banyak bimbingan, petunjuk, bantuan serta dukungan yang bermanfaat dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

- a) Dr. Iswinarti, M.Si., selaku dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang sekaligus Pembimbing I yang telah meluangkan waktu dan pikiran untuk memberikan bimbingan dan arahan yang sangat bermanfaat, serta memberikan motivasi tiada henti agar penulis segera menyelesaikan penelitian ini.
- b) Adhyatman Prabowo, M.Psi. selaku Pembimbing II yang juga telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk memberikan bimbingan dan arahan yang sangat bermanfaat.
- c) Zakarija Ahmad, S.Psi., M.Si. selaku dosen wali yang telah mendukung dan memberikan pelajaran kepada penulis selama masa perkuliahan.
- d) Seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang yang telah memberikan ilmu serta nasehat yang berguna bagi penulis.
- e) Kepada Kader Posyandu Lansia Desa Tegalweru beserta *mbah-mbah* yang sudah banyak membantu peneliti dalam melaksanakan penelitian, sehingga penelitian ini dapat berjalan lancar.
- f) Orang tua tercinta, Bapak Panut Agus Suprihono dan Ibu Andriani yang telah menjadi sumber motivasi bagi penulis, Terima kasih atas segalanya, doa’a yang tiada henti, kasih sayang, dukungan, perhatian, nasehat yang diberikan kepada penulis hingga penulis bersemangat untuk menyelesaikan skripsi.
- g) Adik tersayang Rifaldi Nurhuda, *Mbah Wiji* dan seluruh keluarga besar penulis yang telah memberikan dukungan serta do’a demi kelancaran selama perkuliahan ini.
- h) Sahabat tercinta yang telah menjadi keluarga Nadya Ardisna Arianti, Laily Purnama Sari, Lisa Putri Ariani, Dwi Desi Hidayati, Faridotul Komariya selalu menemani dalam suka dan duka, mengerti penulis dalam segala kondisi apapun, banyak memberikan pelajaran dan pengalaman, setia menjadi teman seperjuangan mulai dari awal Pesmaba hingga saat ini.
- i) Sahabat-sahabat tercinta di Balikpapan Sakinah, Nyoman, Novita dan Drina yang telah memberikan banyak dukungan, motivasi serta do’a kepada penulis.
- j) Adenesia, Dawai, Krisna Bayu, Fitria, Dina, dan Zanuar senantiasa menjadi penghibur dikontrakan serta memberikan dukungan dan do’a kepada penulis.

- k) Teman-teman Psikece 2013 atas segala motivasi, pengalaman, pelajaran, solidaritas, suka dan duka selama kurang lebih 3 tahun ini.
- l) Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu, yang telah banyak memberikan bantuan pada penulis dalam menyelesaikan skripsi.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, sehingga kritik dan saran demi perbaikan skripsi ini sangat penulis harapkan. Penulis berharap karya ini dapat bermanfaat bagi peneliti dan terutama bagi pembaca.

Malang, 24 Januari 2017
Penulis

Nurul Putri Utami

DAFTAR ISI

Lembar Pengesahan	i
Surat Pernyataan.....	ii
Kata Pengantar	iii
Daftar Isi.....	v
Daftar Tabel	vi
Daftar Lampiran	vii
ABSTRAK	1
PENDAHULUAN	2
LANDASAN TEORI.....	5
Kebermaknaan Hidup	5
<i>Storytelling</i>	6
Hubungan <i>Storytelling</i> dan Kebermaknaan Hidup Lansia	7
Kerangka Pikir	9
Hipotesa.....	9
METODE PENELITIAN.....	9
Rancangan Penelitian.....	9
Subjek Penelitian	10
Variabel dan Instrumen Penelitian.....	10
Prosedur dan Analisa Data Penelitian.....	11
HASIL PENELITIAN.....	12
DISKUSI.....	15
SIMPULAN DAN IMPLIKASI	18
REFERENSI	19
LAMPIRAN.....	22

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Rancangan Penelitian	10
Tabel 2. Karakteristik Subjek Penelitian.....	12
Tabel 3. Deskriptif Uji <i>Mann Whitney</i> Data <i>Pretest</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	13
Tabel 4. Deskriptif Uji <i>Wicolxon</i> Data <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	13
Tabel 5. Deskriptif Uji <i>Mann Whitney</i> Data <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	13

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Hasil Data <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen	14
Gambar 2. Hasil Data <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Kontrol.....	15

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Analisis Validitas dan Reliabilitas.....	23
Lampiran 2. Blue Print Skala	24
Lampiran 3. Skala Penelitian	25
Lampiran 4. Modul Penelitian Eksperimen	26
Lampiran 5. Hasil Uji Coba Modul.....	56
Lampiran 6. <i>Guide Interview</i>	58
Lampiran 7. Hasil Analisa Data	59
Lampiran 8. Surat Ijin Penelitian	62

STORYTELLING UNTUK MENINGKATKAN KEBERMAKNAAN HIDUP LANSIA (STUDI DI POSYANDU LANSIA DESA TEGALWERU MALANG)

Nurul Putri Utami

Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang

n.putritami@gmail.com

Berbagai persoalan mempengaruhi lansia dalam memaknai kehidupan. Kosongnya makna hidup akan membuat individu merasa bosan, kesepian, putus asa dan harga diri rendah. Terutama bagi lansia yang tinggal sendiri seringkali membutuhkan tempat untuk berkeluh kesah. *Storytelling* sebagai sarana untuk menanamkan suatu nilai yang diharapkan dapat meningkatkan kebermaknaan hidup lansia. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui efektifitas *storytelling* dalam meningkatkan kebermaknaan hidup lansia. Penelitian ini merupakan penelitian kuasi eksperimen dengan desain *control group pretest posttest*. Subjek penelitian berjumlah 22 orang yang berusia 60 tahun keatas dengan teknik *purposive sampling*. Instrumen penelitian menggunakan skala *meaning in life* dari Michael F. Steger. Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kontrol ($Z = -3,998$, $p = 0.000 < 0.005$). Kelompok eksperimen mengalami peningkatan kebermaknaan hidup lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok kontrol. Hal tersebut menyatakan bahwa *storytelling* mampu meningkatkan kebermaknaan hidup pada lansia.

Kata kunci : *Storytelling*, Kebermaknaan hidup, Lansia

A wide range of issues affecting the elderly in interpret life. Empty meaning of life will make individuals feel boredom, loneliness, despair and low self esteem. Especially for elderly living alone often need a place for bitching. Storytelling as a means to instill an expected value can increase the meaningfulness of life elderly. The purpose of the research was to determine the effectivity of storytelling to increase meaningfulness of life elderly through. This research is a research quasi experimental design with control group pretest posttest. The subject of the study amounted to 22 people aged 60 years and above with purposive sampling technique. Research instrument using a scale of meaning in life from Michael f. Steger. The results showed there are significant differences between experimental and control groups ($Z = -3.998$, $p = 0000 < 0,005$). Experimental group have elevated the meaningfulness of life is higher compared to the control group. It stated that the storytelling is able to enhance the meaningfulness of life in the elderly.

Key words : *Storytelling*, *Meaning of life*, *Elderly*

Menua merupakan siklus kehidupan yang akan dilalui oleh setiap manusia. Proses menua atau lansia merupakan hal yang wajar dan akan dialami oleh semua orang, hanya seberapa lama proses menua itu terjadi tergantung pada setiap individu yang bersangkutan. Lansia merupakan periode penutup dalam rentang kehidupan seseorang, yaitu suatu periode dimana seseorang telah beranjak jauh dari periode sebelumnya yang menyenangkan atau beranjak dari waktu yang penuh manfaat. Menurut Undang-undang nomor 13 Tahun 1998 tentang kesejahteraan lanjut usia pada bab 1 pasal 1 ayat 2 menyebutkan bahwa usia 60 tahun ke atas mereka disebut lansia (Azizah, 2011), yang mana pada usia ini lansia kurang siap menghadapi dan menyikapi masa tua. Mulai muncul perasaan tersisih, tidak dibutuhkan, kurang bahagia, dan tidak dapat memaknai hidup (Kaharingan, Bidjuni, & Karundeng, 2015).

Berbagai persoalan tersebut dapat mempengaruhi lansia dalam memaknai kehidupan. Kebermaknaan hidup lansia berkaitan erat dengan kualitas hidup, yang mencakup kesejahteraan psikologis, fungsi fisik yang baik, hubungan dengan orang lain, kesehatan dan aktivitas sosial. Memiliki makna hidup berarti dapat meningkatkan semangat hidup dan menjamin hidup lebih sejahtera. Menurut Bastaman (2007) bahwa makna hidup adalah hal-hal yang dianggap penting dan berharga serta memberikan suatu nilai bagi seseorang, sehingga layak dijadikan tujuan dalam hidup. Jika hal itu berhasil terpenuhi, maka seseorang akan merasakan kehidupan yang berarti dan menimbulkan perasaan bahagia.

Lansia yang hidupnya bermakna antara lain digambarkan dengan orang-orang yang menerima dan bersikap positif terhadap masa tuanya. Pada dasarnya jika individu memiliki makna hidup yang positif maka akan menimbulkan persepsi yang positif pula pada dirinya. Meyakini bahwa segala peristiwa yang terjadi memiliki suatu nilai dan dapat dijadikan pembelajaran di kehidupan pada masa yang akan datang sehingga dapat menimbulkan perasaan yang lebih baik (Kleftaras & Psarra, 2012). Frankl (dalam Alfian & Suminar, 2003) mengatakan bahwa siapa pun suatu saat pasti akan mempertanyakan apa arti dari hidup yang dijalannya. Tanpa makna hidup kehidupan seseorang seperti tidak berarti. Makna hidup juga berfungsi sebagai pedoman dalam menjalani hidup, dengan demikian menjadi suatu keharusan untuk memenuhinya (Bastaman, 2007). Hal ini menggambarkan betapa pentingnya kebermaknaan hidup bagi semua individu, termasuk lansia yang jauh dari keluarga. Menemukan dan mengembangkan makna hidup akan membuat kehidupan seseorang menjadi bermakna, berarti, dan terarah.

Namun kenyataannya yang terjadi adalah lansia secara perlahan-lahan menarik diri dari lingkungan dimana ia berada (Cumming & Henry dalam Santrock, 2002). Lansia sering dianggap tidak berdaya, sakit-sakitan, tidak produktif, serta tak jarang dianggap sebagai beban keluarga (Bandiyah, 2009). Menurut Kementerian Sosial (Anoraga, 2015) jumlah penduduk lansia di Indonesia sudah mencapai 18 juta jiwa dengan 4,7 juta tergolong rawan terlantar sementara 2,9 juta terlantar. Jumlah lansia terlantar ini terus meningkat tiap tahun, jika dibandingkan tahun 2008 jumlah ini hanya sebesar 1,6 juta. Diperkirakan pada tahun 2020 jumlah penduduk lansia akan mencapai 28,8 juta jiwa atau 11,34% dari seluruh populasi penduduk di Indonesia (Mangoenprasodjo, 2004).

Frankl (2003) mengatakan bahwa kebermaknaan hidup dapat dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi pengalaman masa lalu, pemahaman akan diri, bertindak dan berpikiran positif, serta religiusitas. Sedangkan yang termasuk dalam faktor eksternal adalah dukungan sosial, keluarga dan lingkungan terdekat. Perubahan dalam kehidupan keluarga membuat lansia rentan mengalami berbagai macam perasaan seperti sedih, cemas, kesepian, dan mudah tersinggung (Suprpto, 2013). Sebagian besar hubungan lansia dengan anak kurang memuaskan yang disebabkan kurangnya rasa memiliki kewajiban terhadap orang tua, serta tempat tinggal antara anak dan orang tua yang berjauhan. Lansia tidak akan merasa terasing jika memiliki hubungan yang memuaskan dengan anak.

Berdasarkan hasil asesmen yang telah dilakukan oleh peneliti, dari 11 responden yang telah diwawancarai mengenai makna hidup, diketahui bahwa faktor yang berpengaruh yakni kondisi dukungan sosial dari keluarga. Rata-rata dari lansia tersebut hidup sendiri tanpa keluarga maupun kerabat. Dengan berbagai alasan pihak keluarga meninggalkan subjek, salah satunya beralasan bahwa subjek ingin merantau bekerja. Adapula yang sudah ditinggal anak atau suami untuk selamanya. Keinginan untuk berkumpul dengan keluarga inilah yang menyebabkan lansia yang tinggal sendiri merasakan kesepian dan keterasingan dari lingkungan. Hasil wawancara menyatakan bahwa subjek tidak memiliki tujuan hidup apa-apa lagi, dikarenakan tidak ada yang bisa dilakukan dengan kondisi fisik yang sudah sakit-sakitan. Dengan rutinitas yang hanya berdiam diri saja di rumah, membuat sebagian dari subjek teringat dengan kenangan masa lalu. Para lansia yang tinggal sebatang kara juga merasakan hal yang serupa. Diantara mereka tidak ingin terus menerus bergantung hidup dengan tetangga. Salah satu dari subjek yang berinisial WS, mengatakan bahwa “sudah tua gak kuat apa-apa, sakit linu terus. Aku rasanya udah capek hidup”. Menurut Sukarti (dalam Kaharingan, Bidjuni & Karundeng, 2015) jika lansia dapat mempertahankan pola hidup dengan baik serta mampu memandang suatu makna kehidupan, maka sampai ajal menjemput, lansia masih dapat berbuat hal yang bermanfaat bagi semua orang.

Keberadaan keluarga dalam kehidupan lansia memang memberikan dampak tersendiri bagi lansia, yang tanpa disengaja akan berpengaruh bagi pencapaian kesejahteraan di hari tua, baik pada kesejahteraan psikologis ataupun kesejahteraan secara fisiologis. Menurut Suardiman (2011) kepuasan hidup mengarah pada kesejahteraan manusia. Dengan keberadaan keluarga, lansia merasa mendapatkan dukungan dan perhatian, sehingga lansia dapat melanjutkan kehidupannya dengan baik. Lansia yang berhasil menemukan makna hidup, maka dapat menjalani kehidupan dengan penuh semangat dan optimisme, mempunyai tujuan yang jelas baik jangka pendek maupun jangka panjang dan bertanggung jawab baik terhadap diri sendiri, lingkungan atau masyarakat.

Seligman (2005) menjelaskan bahwa kebahagiaan merupakan konsep yang mengacu pada emosi positif yang dirasakan individu serta aktivitas-aktivitas positif yang disukai oleh individu tersebut, kemudian membagikan emosi positif tersebut pada lingkungan sekitar. Kegiatan bagi lansia yang bersifat produktif juga membawa manfaat dari segi sosial tidak saja bagi lansia itu sendiri, keluarga tetapi juga masyarakat (Suardiman, 2011). Salah satu bentuk kegiatan tersebut

adalah dengan adanya komunikasi timbal balik. Hal tersebut akan menciptakan rasa ketenangan ataupun kepuasan bagi lansia sehingga tidak menimbulkan permasalahan bagi lansia seperti stres, rasa cemas sampai frustrasi. Salah satu contoh dari komunikasi yaitu dengan memberikan *storytelling* pada lansia. Metode tersebut dirasa mampu untuk meningkatkan kebermaknaan hidup pada lansia.

Pada dasarnya *storytelling* memberi kesempatan pada lansia untuk berbagi cerita dan pengalaman hidup. Menurut Serrat (2008) *storytelling* merupakan suatu proses menjelaskan gambaran hidup yang berkaitan dengan sebuah ide, keyakinan, pengalaman pribadi, dan pelajaran hidup. Melalui cerita dapat membangkitkan emosi dan memberi wawasan atau kesadaran terhadap suatu nilai (Serrat, 2008). Melalui *storytelling* seseorang dapat menemukan sejarah kehidupan, hal yang diinginkan di masa depan, serta tujuan hidup. Seorang pencerita juga dapat meningkatkan motivasi seseorang lewat cerita yang disampaikan. Jika seseorang yang mendengarkan cerita dapat memahami secara jelas mengenai maksud dan makna dari cerita yang disampaikan kemudian dikaitkan dengan kehidupannya, maka individu tersebut akan memahami setiap kejadian yang terjadi dalam hidupnya dan merencanakan kehidupannya secara lebih baik di masa depan.

Seperti penelitian sebelumnya dengan judul “*Storytelling Processing Ability in Cognitively Healthy Younger and Older Adults*” yang dilakukan oleh Wright, Gilson, dan Gerasimos (2011) menunjukkan bahwa adanya pengaruh *storytelling* untuk proses meningkatkan kemampuan kognitif pada usia muda (20 – 29 tahun) dan lansia (70 – 89 tahun). Pemahaman dari cerita yang diberikan dari kelompok usia muda ke lansia memberikan konsep yang ingin disampaikan menjadi sesuatu yang penuh makna. Dengan begitu lansia mudah untuk mengingat hal-hal yang sudah ditanamkan dalam narasi tersebut.

Selain itu juga ada penelitian yang berkaitan dengan *storytelling*, yang dilakukan oleh Ariani (2012) “*Storytelling untuk Meningkatkan Happiness pada Lansia yang Tinggal di Panti Werdha*” diketahui bahwa hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat *happiness* pada subjek penelitian sebelum mendapat perlakuan dengan setelah mendapatkan perlakuan (*storytelling*). Terbukti bahwa *storytelling* mampu meningkatkan *happiness* pada lansia karena dengan sebuah cerita, seseorang dapat membangkitkan emosi orang lain (Ariani, 2012). Selain itu *storytelling* merupakan salah satu media komunikasi untuk berbagi pengalaman maupun menanamkan suatu nilai. Cerita yang disampaikan yaitu berupa penggambaran makna hidup, serta bernilai bagi pendengar maupun pencerita.

Adapun yang berbeda penelitian yang dilakukan dengan penelitian sebelumnya milik Ariani (2012) yang berjudul “*Storytelling untuk Meningkatkan Happiness pada Lansia yang Tinggal di Panti Werdha*”, yaitu pada variabel Y yang diungkap. Penelitian sebelumnya mengukur kebahagiaan lansia yang berada di panti werdha, sedangkan penelitian kali ini mengukur kebermaknaan hidup lansia. Berdasarkan pemaparan di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai *storytelling* sebagai metode untuk meningkatkan kebermaknaan hidup pada

lansia. Diharapkan melalui *storytelling* para lansia mampu menggali potensi positif yang ada di dalam diri, sehingga kebermaknaan hidup lansia dapat mengalami peningkatan.

Kebermaknaan Hidup (*Meaning of Life*)

Menurut Yalom (dalam Bastaman, 2007) pengertian makna hidup sama artinya dengan tujuan hidup yaitu segala sesuatu yang ingin dicapai dan dipenuhi. Sejalan dengan definisi tersebut Bastaman (2007) mengartikan makna hidup sebagai sesuatu yang dianggap penting, benar, berharga, dan didambakan serta memberikan nilai khusus bagi seseorang dan layak dijadikan sebagai tujuan hidup.

Frankl mendefinisikan kebermaknaan hidup adalah motivasi yang kuat dan mendorong seseorang untuk melakukan sesuatu kegiatan yang berguna, sedangkan hidup yang berguna adalah hidup yang terus menerus memberi makna baik pada diri sendiri maupun orang lain (Bastaman, 2007).

Berdasarkan beberapa pengertian kebermaknaan hidup yang dijelaskan, peneliti menyimpulkan bahwa kebermaknaan hidup adalah penghayatan individu terhadap hal-hal yang dianggap penting, dirasa berharga dan diyakini kebenarannya dan memberikan nilai khusus serta dapat dijadikan sebagai tujuan hidup, ditinjau dari sudut pandang diri sendiri.

Steger (2006) mengungkapkan bahwa ada dua aspek dari kebermaknaan hidup, diantaranya aspek-aspek sebagai berikut: 1) Kehadiran makna dalam hidup (*presence of meaning*), yaitu aspek yang mengutamakan perasaan yang bersifat subjektif. Dalam arti lain makna hidup yang dimiliki setiap individu dipandang berbeda. Tidak semua individu berpendapat yang sama mengenai makna hidup. Oleh sebab itu, makna hidup harus ditemukan sendiri, dicari, dan dilalui, 2) Mencari makna dalam hidup (*search of meaning*), yaitu dalam setiap kondisi apapun individu harus tetap melakukan dan melanjutkan penemuan makna dalam kehidupan. Meskipun dalam kondisi menderita sekalipun. Dengan begitu, individu tersebut akan mampu memaknai setiap kondisi yang dialami, bahwa dibalik semua peristiwa yang terjadi ada hikmah yang perlu syukuri.

Frankl (dalam Bastaman, 2007) mengemukakan sumber-sumber kebermaknaan hidup, yaitu: 1) *Creative values* (nilai-nilai kreatif) yaitu kegiatan berkarya, bekerja, mencipta serta melaksanakan tugas dan kewajiban sebaik-baiknya yang dilakukan dengan penuh tanggung jawab. 2) *Experiential values* (nilai-nilai penghayatan) yaitu keyakinan dan penghayatan akan nilai-nilai kebenaran, kebajikan, keimanan, dan keagamaan, serta cinta kasih. Menghayati dan meyakini suatu nilai dapat menjadikan seseorang memiliki kehidupan yang berarti. 3) *Attitudinal values* (nilai-nilai bersikap) yaitu menerima dengan penuh ketabahan, kesabaran dan keberanian segala bentuk penderitaan yang tidak mungkin dapat dihindari lagi, seperti sakit yang tidak dapat disembuhkan, kematian dan menjelang kematian, setelah segala upaya dilakukan secara maksimal. 4) *Hopeful values* (harapan) yaitu selain tiga macam nilai yang dikemukakan oleh Frankl, ada

nilai lain yang menurut Bastaman dapat menjadikan hidup bermakna, yaitu harapan (Bastaman, 2007). Harapan adalah keyakinan akan terjadinya hal-hal yang baik atau perubahan yang memberikan manfaat diwaktu yang akan datang.

Memiliki kehidupan yang bermakna merupakan hal yang tidak semua individu dapat mencapainya. Adapun ciri-ciri individu yang dapat memaknai hidup menurut Bastaman (dalam Gracia, 2007) yaitu: (1) menjalani hidup dengan semangat dan penuh gairah, (2) jauh dari perasaan kesepian dan hampa, (3) memiliki tujuan yang pasti dalam hidup, (4) segala yang dilakukan menjadi sumber kepuasan dalam diri.

Berbanding terbalik dengan individu yang makna hidupnya tidak berhasil tercapai. Individu yang tidak memaknai hidupnya akan mengalami frustasi eksistensial. Menurut Frankl (2003) frustasi eksistensial merupakan sindrom ketidakbermaknaan yang mengakibatkan individu kehilangan minat, inisiatif menjadi berkurang, putus asa, merasa bosan, tidak adanya tujuan dalam hidup, serta perasaan menjadi hampa dan terasa kosong.

Storytelling

Storytelling merupakan penghubung sebuah cerita kepada satu atau lebih pendengar melalui suara. Menurut Jatiningtyas (2008) *storytelling* atau bercerita adalah membicarakan kembali sesuatu yang telah didengar atau sesuatu yang telah dilihat. Selain itu, *storytelling* juga didefinisikan sebagai sebuah seni dalam menggunakan bahasa secara lisan, gerakan fisik dan bahasa tubuh untuk mengungkapkan unsur-unsur dan kesan detail dari sebuah cerita kepada orang lain secara langsung.

Storytelling merupakan suatu kegiatan menceritakan sebuah cerita dengan cara yang menghibur, mengesankan, atau secara dramatisasi. Proses bercerita dapat dilakukan dengan posisi berdiri atau duduk dan menggunakan suara atau bahasa tubuh dalam menyampaikan isi cerita tanpa membaca isi buku atau cerita. *Storytelling* adalah proses menjelaskan gambaran hidup yang berkaitan dengan sebuah ide, keyakinan, pengalaman pribadi, dan pelajaran hidup melalui cerita yang dapat membangkitkan emosi dan memberi kesadaran atau perubahan yang mendalam terhadap sesuatu (Serrat, 2008).

Jadi, dapat ditarik kesimpulan bahwa *storytelling* merupakan seni dalam menyampaikan suatu cerita yang dilakukan untuk memberikan hiburan, kesan, serta pelajaran hidup.

Metode *storytelling* memiliki beberapa manfaat yakni, *storytelling* dapat memungkinkan seseorang untuk menunjukkan sisi emosional mereka yang sesungguhnya yang mungkin seringkali sulit untuk diungkapkan dengan cara yang biasa (Serrat, 2008). Menurut Serrat (2008), secara umum metode *storytelling* merupakan salah satu cara untuk: (1) Membuat konsep yang ingin disampaikan menjadi sesuatu yang penuh makna, (2) Menjadi sarana penghubung antara seseorang dengan suatu pemikiran, (3) Dapat menjadi sarana berbagi inspirasi dan meningkatkan motivasi untuk bertindak atau melakukan suatu perubahan, (4)

Memberi kesempatan dalam memandang sesuatu dari sudut pandang yang berbeda, (5) Mengembangkan suatu pesan moral yang berharga terhadap suatu keadaan dengan mengaplikasikan pengetahuan dan pengalaman seseorang di dalamnya, sehingga memberi kemungkinan untuk menemukan solusi terhadap suatu permasalahan, (6) Sebagai media untuk menyampaikan suatu pesan moral, (7) Dapat memberi inspirasi untuk melakukan suatu perubahan dalam diri seseorang.

Selain itu, dengan metode *storytelling* seseorang dapat memberi kesadaran pada orang lain untuk melakukan perubahan dan menanamkan nilai moral. Melalui *storytelling* dapat ditemukan sejarah kehidupan, hal yang diinginkan di masa depan, serta tujuan hidup. Seorang pencerita juga dapat meningkatkan motivasi seseorang lewat cerita yang disampaikan. Jika seseorang yang mendengarkan cerita dapat memahami secara jelas mengenai maksud dan makna dari cerita yang disampaikan kemudian dikaitkan dengan kehidupannya, maka individu tersebut akan dapat memahami setiap kejadian yang terjadi dalam hidupnya dan dapat merencanakan kehidupannya secara lebih baik di masa depan.

Storytelling biasanya digunakan untuk mengidentifikasi dan menjadi sarana pembelajaran dengan menggali nilai-nilai moral yang ada dalam cerita yang disampaikan, sehingga dapat memberi inspirasi orang yang mendengarkan cerita tersebut dan memungkinkan si pendengar untuk melakukan perubahan kearah yang lebih baik. *Storytelling* biasanya diterapkan dalam beberapa kegiatan seperti kegiatan bercerita secara lisan, disampaikan secara berkelompok atau dalam suatu komunitas, kegiatan untuk memonitor dan mengevaluasi sesuatu, serta hiburan.

Hubungan Metode *Storytelling* dan Kebermaknaan Hidup Lansia

Menjadi tua adalah suatu kepastian yang tidak bisa dihindarkan dan tidak ada obat untuk mencegahnya. Pada kenyataannya sedikit sekali orang-orang yang mau memikirkan bahkan banyak orang yang tidak mau menjadi tua. Mengingat masa tua tidak mungkin dihindari, maka sebenarnya yang dapat diubah dan yang paling penting adalah sikap menghadapinya. Lansia rentan mengalami berbagai macam perasaan seperti sedih, cemas, kesepian, dan mudah tersinggung. Berbagai perasaan negatif tersebut dapat mempengaruhi lansia dalam memaknai kehidupan (Suprpto, 2013).

Lansia dinilai sebagai orang yang sakit-sakitan, tidak menyenangkan, merepotkan bahkan tidak memberikan kontribusi yang positif bagi orang-orang disekitarnya. Sehingga tak jarang banyak keluarga yang meninggalkan lansia sebatang kara. Ketika lansia merasa bahwa dirinya telantar, menyusahkan bagi keluarga dapat mempengaruhi bagaimana lansia dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Karena pada masa ini lansia akan memulai memikirkan hal apa saja yang sudah dilalui, hal apa saja yang sudah dicapai, dan makna hidupnya. Akan tetapi adanya anggapan yang negatif dari keluarga atau lingkungan sekitar dapat mempengaruhi lansia dalam memaknai hidupnya.

Kebermaknaan hidup pada lansia berkaitan dengan tujuan hidup, kepuasan hidup, fungsi fisik, dan hubungan dengan orang lain. Persoalan makna hidup, menurut

Madjid (dalam Bastaman, 2007) begitu besar dan penting artinya, karena kosongnya makna hidup akan membuat orang tidak tahan terhadap penderitaan dan tidak memiliki rasa harga diri yang kokoh. Rendahnya makna hidup yang dimiliki lansia akan menimbulkan rasa kehampaan, kesepian, dan rasa bosan, depresi, merasa diabaikan, dan merasa tidak dihargai. Menurut Crumbaugh (dalam Frankl, 2003) kekurangan makna hidup bisa menjadi sebab maupun akibat kondisi depresi, baik kekurangan makna maupun kondisi depresi bisa ditimbulkan oleh penyebab-penyebab lain. Ketika lansia memiliki makna hidup mereka akan menjalani hidup dengan rasa bahagia, semangat untuk hidup, dan memiliki tujuan baik jangka pendek maupun jangka panjang.

Kebermaknaan hidup dapat dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu faktor internal dan eksternal. Yang termasuk dalam faktor internal adalah pengalaman masa lalu, pemahaman akan diri, bertindak dan berpikiran positif, dan ibadah. Sedangkan yang termasuk dalam faktor eksternal adalah dukungan sosial, keluarga dan lingkungan terdekat.

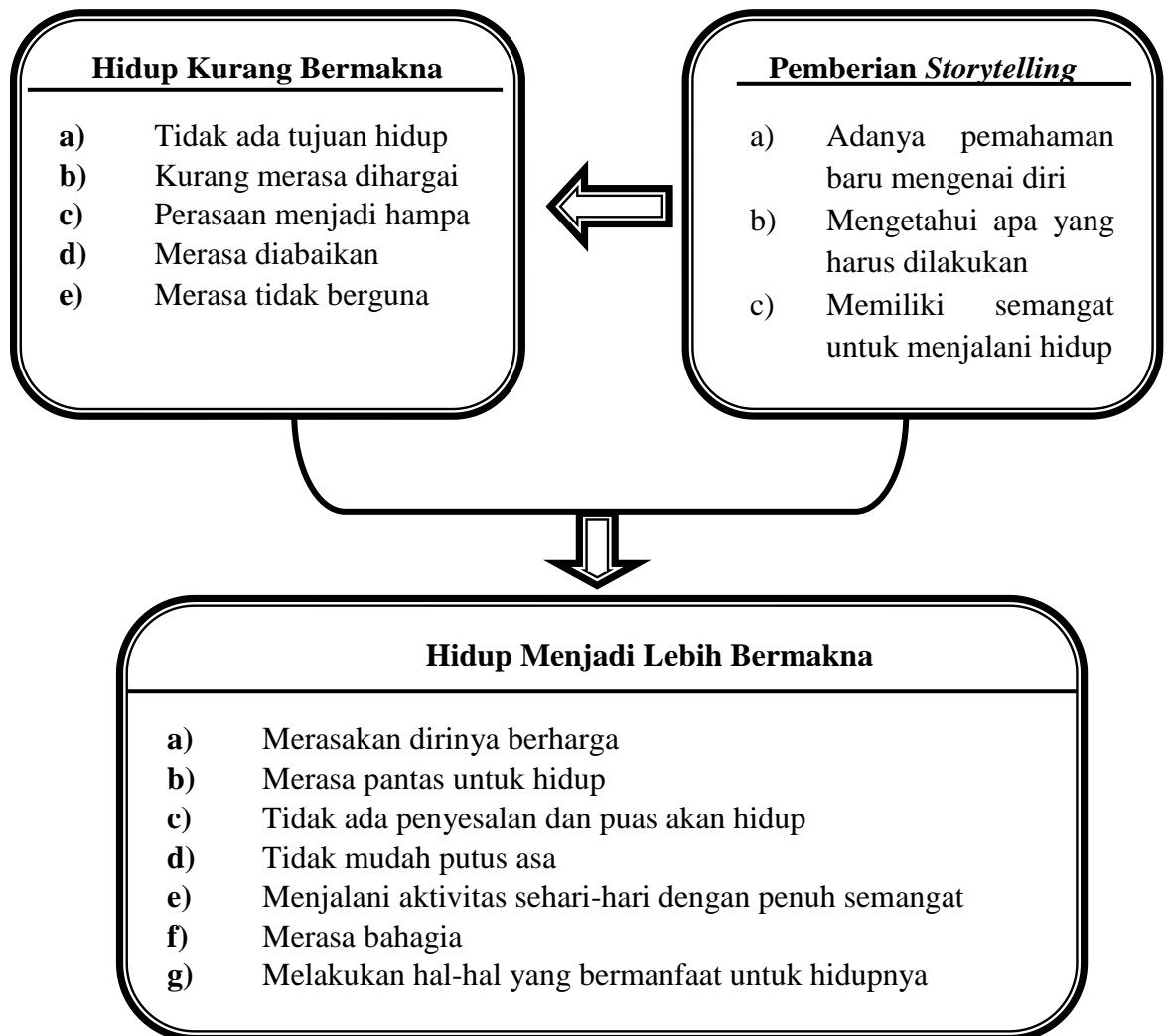
Pada kenyataannya, setiap manusia tak terkecuali lansia terkadang belum menemukan arti dari kebermaknaan hidupnya. Ketika memasuki usia lanjut maka waktu luang hendaknya diisi dengan kegiatan yang bermanfaat dan berdampak positif, serta menentramkan hati (Padila, 2013). Dengan menggunakan *storytelling* sebagai salah satu sarana untuk berbagi cerita yang berdampak positif sehingga diharapkan dapat memberi kesempatan pada lansia untuk mengetahui kebermaknaan hidup didalam diri masing-masing. Pemberian *storytelling* pada lansia membuat lansia akan lebih mengerti tentang dirinya, mengetahui apa yang harus dilakukan, dan memiliki semangat untuk hidup. Dengan memiliki hal tersebut dapat mengembangkan diri ke arah gambaran yang sesuai dengan keinginan dan mampu melakukan komitmen dengan hal-hal seperti seperti nilai-nilai yang dianggap penting dan bermakna untuk dipenuhi, sebab setiap individu memiliki tanggung jawab mengembangkan dirinya dan menemukan makna hidupnya.

Adanya komunikasi merupakan suatu bentuk interaksi timbal balik antara satu orang atau lebih. Komunikasi yang positif dapat menciptakan perasaan nyaman dan timbul adanya motivasi. Salah satu bentuk komunikasi yang dilakukan yaitu dengan *storytelling*. *Storytelling* merupakan sebuah kegiatan yang dilakukan oleh dua orang atau lebih yang disampaikan langsung secara lisan. Adanya *storytelling* lansia dapat berbagi pengalaman mengenai hidup, menyampaikan pendapat sehingga menghadirkan pemahaman baru, memberikan saran atau masukan terhadap sebuah gagasan (Serrat, 2008).

Salah satu dari manfaat *storytelling* itu sendiri yaitu sebagai sarana berbagi inspirasi dan meningkatkan motivasi untuk bertindak atau melakukan suatu perubahan (Serrat, 2008). Pada proses *storytelling* lansia diberikan kesempatan untuk menceritakan dan menyampaikan hal-hal mengenai kehidupan yang mereka alami. Selain itu *storytelling* mampu memunculkan pemahaman baru bagi pendengarnya dan mengkaitkan dengan permasalahan yang mereka alami. Sehingga lansia akan menemukan makna hidupnya dari nilai-nilai yang terkandung dalam cerita. Dengan demikian ketika mereka dapat memaknai hidup

kegiatan-kegiatan mereka menjadi lebih terarah dan menyadari bahwa ada nilai yang terkandung dibalik semua kejadian yang terjadi.

Kerangka Pikir



Hipotesa

Storytelling mampu meningkatkan kebermaknaan hidup pada lansia.

METODE PENELITIAN

Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuasi eksperimen dengan desain penelitian eksperimen *control group pretest and posttest design*. Penelitian dilakukan dengan memberikan *pretest* baik kepada kelompok kontrol maupun kelompok eksperimen sebelum perlakuan diberikan kepada kelompok eksperimen dan memberikan *posttest* kepada kelompok kontrol dan kelompok eksperimen

setelah perlakuan diberikan kepada kelompok eksperimen untuk mengetahui pengaruh *storytelling* yang diberikan kepada subjek (Suryabrata, 2008). Rancangan penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut:

Tabel 1. Rancangan Penelitian

Kelompok	Rancangan Penelitian			
Eksperimen	X ₁	→	→	X ₂
Kontrol	X ₁	→	O	→ X ₂

Keterangan :

X₁ = pengukuran atau pemberian skala sebelum dilakukan perlakuan

O = pemberian perlakuan

X₂ = pengukuran atau pemberian skala setelah dilakukan perlakuan

Pada desain penelitian ini dilakukan dengan melakukan pengukuran terhadap variabel diawal penelitian, dan setelah diberi perlakuan akan dilakukan pengukuran kembali menggunakan alat ukur yang sama (Latipun, 2007).

Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah lansia yang berada di Desa Tegalweru Malang. Jumlah lansia yang berada di Desa Tegalweru sebanyak 32 orang. Peneliti memperoleh 32 lansia untuk diberikan *pretest*. Dari hasil *pretest* didapatkan 22 lansia yang sesuai dengan kriteria. Subjek ditentukan karena sesuai dengan *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah metode pengambilan sampel yang diambil sesuai dengan keperluan penelitian, subjek yang diambil dari populasi dipilih dengan sengaja berdasarkan pertimbangan tertentu. Peneliti memilih subjek dengan kriteria sebagai berikut : 1) lansia yang memiliki rentang usia 60 ke atas, 2) mampu untuk diajak berkomunikasi dengan baik, 3) memiliki ingatan yang baik, 4) memiliki skor skala kebermaknaan hidup *Meaning in Life Questionnaire* (MLQ) dalam kategori rendah dan sedang.

Variabel dan Instrumen Penelitian

Penelitian ini mengkaji dua variabel yaitu metode *storytelling* sebagai variabel bebas (X) dan kebermaknaan hidup sebagai variabel terikat (Y). *Storytelling* merupakan metode bercerita yang mampu untuk memberikan wawasan, pengalaman, memberikan dorongan secara mendalam terhadap suatu hal, serta membangkitkan emosi (Serrat, 2008). Motivasi yang kuat dan mendorong seseorang untuk melakukan sesuatu kegiatan yang berguna, sedangkan hidup yang berguna adalah hidup yang terus menerus memberi makna baik pada diri sendiri maupun orang lain (Bastaman, 2000).

Instrumen yang digunakan untuk mengukur makna hidup dalam penelitian ini menggunakan *Meaning in Life Questionnaire* (MLQ) dari Steger (2006). Makna hidup diukur berdasarkan jumlah skor yang diperoleh subjek atas respon yang diberikan terhadap *item-item* dalam skala tersebut. Skala yang digunakan dalam

bentuk Likert. Setiap subjek diminta menjawab sesuai dengan lima kategori jawaban yang telah ditentukan yaitu SS (sangat setuju), S (setuju), N (netral), TS (tidak setuju) dan STS (sangat tidak setuju). Adapun jumlah *item* dari skala tersebut yaitu 10 *item*, dimana *item-item* tersebut mengungkap aspek-aspek *meaning in life* pada lanjut usia. Pada *item* 1, 4, 5, 6, 9 mengungkap aspek kehadiran makna hidup. Sedangkan *item* 2, 3, 7, 8, 10 mengungkap aspek mencari makna hidup. Pengukuran ini juga digunakan untuk mengetahui skor *pretest* dan *posttest* pada subjek penelitian. Skala MLQ yang digunakan dalam penelitian ini telah diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia yang kemudian *ditryoutkan* oleh peneliti kepada 30 responden. Diketahui dari hasil uji validitas dan reliabilitas skala MLQ yang telah *ditryoutkan*, yaitu beda $item\ r_{ix} \leq 0,361$, sedangkan hasil uji reliabilitas dengan *Cronbach Alpha* sebesar 0,838.

Prosedur dan Analisa Data Penelitian

Prosedur yang dilakukan dalam penelitian ini mengambil sampel dengan teknik *purposive sampling*, yaitu dengan mengambil sampel sesuai kriteria yang telah ditentukan peneliti. Adapun tahapan-tahapan dalam penelitian ini yaitu: 1) tahap persiapan, tahap persiapan ini dimulai dari pembuatan modul yang berisi tentang tujuan pemberian *storytelling* kepada lansia, cerita yang akan digunakan untuk perlakuan, waktu dan tempat penelitian, isi dari setiap sesi, 2) pemilihan alat ukur, alat ukur yang digunakan yaitu skala *meaning in life* yang diadaptasi dari *Meaning in Life Questionnaire* Steger (2006). 3) melakukan *try out* pada cerita dan skala yang telah dipilih, 4) perijinan kepada pihak ketua posyandu lanjut usia yang akan dijadikan sebagai tempat penelitian, 5) tahap intervensi, peneliti melakukan *pretest* untuk mengetahui tingkat kebermaknaan hidup pada masing-masing lansia. *Pretest* diberikan ke lansia dengan cara dibacakan satu persatu ke setiap subjek.

Pelaksanaan *peretest* dibantu oleh *translater* yang ahli dalam berkomunikasi dengan Bahasa Jawa. Hal tersebut dikarenakan beberapa subjek kurang menguasai Bahasa Indonesia dengan baik. Dari hasil *pretest* inilah peneliti memilih lanjut usia yang masuk dalam kategori sedang dan rendah, 6) setelah pemberian *pretest* peneliti memberikan intervensi berupa *storytelling* kepada subjek secara individual. Sesi yang pertama peneliti memberikan *storytelling* yang mengungkap aspek kehadiran makna. Pada sesi ini cerita yang diberikan berjudul “Kisah Bunga Mawar dan Pohon Bambu” dimana cerita ini menyampaikan pesan bahwa dalam hidup ini harus disyukuri apapun yang telah diberikan Tuhan dan mengartikan bahwa semua yang diberikan oleh Tuhan memiliki makna ataupun manfaat baik bagi diri sendiri maupun orang lain. Sesi yang kedua yaitu mengungkap aspek mencari makna.

Pada sesi yang kedua ini cerita yang diberikan berjudul “TUA” dimana cerita ini menyampaikan pesan bahwa ketika usia sudah menua bukan berarti tidak bisa produktif tetapi semakin tua seharusnya semakin tahu apa makna dari kehidupan ini dalam berbagai kondisi. Kemudian pada sesi yang ketiga, subjek akan dibacakan sebuah cerita yang berjudul “Bersyukur dan Bahagia” dimana cerita ini akan mengungkap aspek mencari makna hidup. Cerita tersebut memiliki pesan bahwa dengan bersyukur hidup akan senantiasa bahagia. Selanjutnya sesi keempat subjek akan dibacakan cerita yang berjudul “Perjuangan Seorang Nenek” dimana

cerita tersebut mengungkap aspek kehadiran makna. Cerita tersebut menceritakan bahwa diusia renta bukan berarti kondisi menjadi lemah. Dengan memahami apa dan bagaimana tujuan hidup maka tercapailah kebahagiaan dan hidup menjadi lebih terasa bermanfaat. Setelah melakukan intervensi, peneliti melakukan *posttest* sebagai bukti apakah terdapat pengaruh pemberian *storytelling* untuk meningkatkan kebermaknaan hidup pada lansia.

Data yang telah diperoleh akan dianalisis menggunakan program SPSS *for windows* 21. Kemudian metode analisa data yang digunakan peneliti untuk menghitung hasil *pretest* dan *posttest* dari masing-masing kelompok yaitu dengan analisis nonparametik *wilcoxon* dikarenakan subjek < 30 orang. Selanjutnya peneliti menganalisa perbandingan *pretest* dan *posttest* dengan menggunakan analisis *mann whitney*. Tujuan dari metode analisis *mann whitney* untuk membandingkan hasil *pretest* dan *posttest* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, apakah mengalami perubahan yang signifikan atau tidak.

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan menggunakan metode *storytelling* terdapat 22 lansia dari 32 lansia di Desa Tegalweru Malang yang dijadikan subjek penelitian. Subjek tersebut telah disaring berdasarkan kriteria subjek penelitian. Seluruh subjek merupakan lansia yang memiliki usia diatas 60 tahun, dapat berkomunikasi, serta memperoleh skor sedang dan rendah pada *pretest*. Selanjutnya subjek dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang masing-masing jumlah subjek ada 11 orang. Pada Tabel 2 memaparkan karakteristik subjek penelitian *storytelling*.

Tabel 2. Karakteristik Subjek Penelitian

Kategori		Kelompok Eksperimen	Kelompok Kontrol
Usia		65 – 87 tahun	65 – 87 tahun
Status Perkawinan		Janda/Duda	Janda/Duda
Jenis Kelamin	Laki-laki	2 orang	2 orang
	Perempuan	9 orang	9 orang
Rata-rata skor <i>pretest</i>		10.95	12.05

Pada Tabel 2 menunjukkan bahwa keseluruhan subjek pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dalam keadaan tingkat kebermaknaan hidup termasuk dalam pada kategori sedang dan rendah. Masing-masing kelompok terdiri dari laki-laki sebanyak 2 orang dan perempuan sebanyak 9 orang, dengan status perkawinan janda atau duda disetiap kelompok. Rata-rata skor *pretest* yang didapat kedua kelompok sama dalam kategori sedang dan rendah.

Peneliti melakukan analisis skor *pre-test* pada kedua kelompok tersebut sebelum diberi perlakuan *storytelling* dengan menggunakan uji *mann whitney*. Tujuannya

untuk kesetaraan kedua kelompok. Berikut adalah hasil uji *mann whitney* data *pretest* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang telah dilakukan :

Tabel 3. Deskriptif Uji Mann Whitney Data Pretest Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Kelompok	N	Z	p
Eksperimen	11	a) 0.403	0.687
Kontrol	11		

Berdasarkan hasil uji analisis *mann whitney* pada Tabel 3 diketahui bahwa hasil dari probabilitas > 0.05 ($p = 0.687$). Dari hasil tersebut menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan pada skor *pretest* kebermaknaan hidup masing-masing kelompok. Demikian dapat disimpulkan bahwa keadaan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dalam keadaan setara sebelum diberi perlakuan pada kelompok eksperimen berupa metode *storytelling*.

Berikut adalah gambaran tingkat kebermaknaan hidup pada masing-masing kelompok di kedua keadaan.

Tabel 4. Deskriptif Uji Wicolxon Data Pretest dan Posttest Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Kelompok		Rata-rata Skor MLQ		Z	p
N		Pretest	Posttest		
Eksperimen	11	10.95	27.566	-2.943	0.003
Kontrol	11	12.05	13.012	-1.414	0.157

Berdasarkan hasil uji analisis *wicolxon* pada Tabel 4 diperoleh hasil dari probabilitas < 0.05 ($p = 0.003$). Dari hasil tersebut menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan pada skor kebermaknaan hidup kelompok eksperimen pada kondisi *pretest* dan *posttest*. Sedangkan untuk kelompok kontrol diketahui tidak adanya perbedaan yang signifikan pada skor kebermaknaan hidup dengan hasil probabilitas > 0.05 ($p = 0.157$).

Setelah uji analisis *wilcoxon*, selanjutnya adalah menganalisis kembali menggunakan analisis *mann whitney* untuk mengetahui perbedaan skor kebermaknaan hidup pada kelompok kontrol dan eksperimen setelah kelompok eksperimen diberikan perlakuan berupa *storytelling*.

Tabel 5. Deskriptif Uji Mann Whitney Data Posttest Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

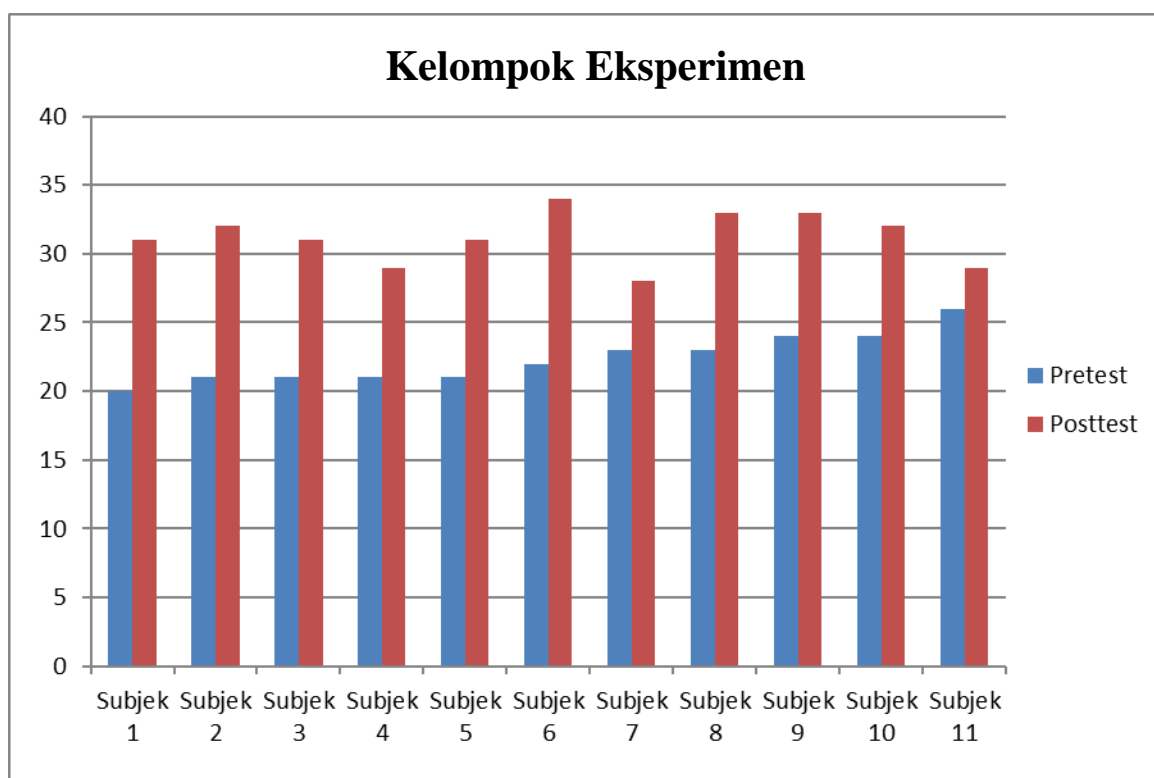
Kelompok	N	Z	p
----------	---	---	---

Eksperimen	11		
Kontrol	11	b) 3.998	0.000

Dari Uji analisis *mann whitney* dapat diambil kesimpulan bahwa perbedaan skor kecemasan yang signifikan antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen setelah kelompok eksperimen diberikan perlakuan ($p = 0.000 < 0.05$). Dengan demikian skor kebermaknaan hidup pada kelompok eksperimen setelah diberikan perlakuan berupa *storytelling* lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol.

Berdasarkan hasil analisis data dengan menggunakan uji *mann whitney* dan *wilcoxon* yang telah dipaparkan di atas dapat disimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima, yakni adanya perbedaan kebermaknaan hidup antara kelompok kontrol dan eksperimen setelah diberikan perlakuan berupa *storytelling* pada lansia di posyandu lansia Desa Tegalweru Malang dengan meningkatnya kebermaknaan hidup pada kelompok eksperimen.

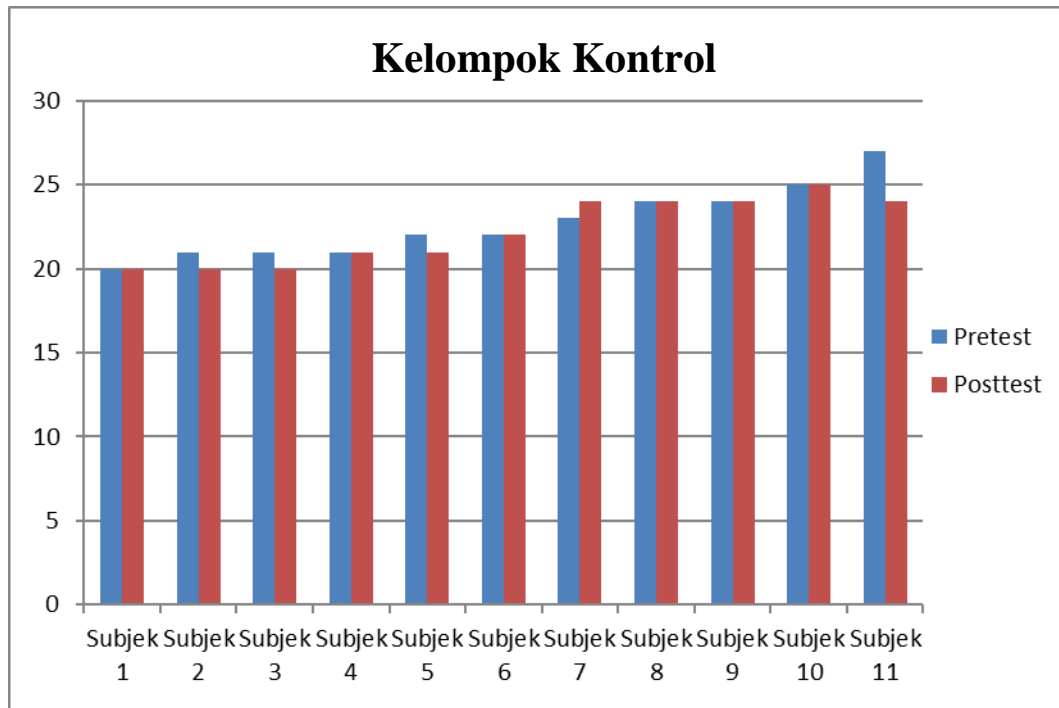
Berikut hasil dari *pretest* dan *posttest* kelompok eksperimen yang diberi perlakuan berupa *storytelling*.



Gambar 1. Hasil Data *Pretest* dan *Posttest* Kelompok Eksperimen

Berdasarkan hasil di atas dapat diketahui bahwa antara skor *pretest* dan *posttest* mengalami peningkatan. Dari skor *pretest* didapatkan rentangan skor yang diperoleh subjek masuk dalam kategori sedang dan rendah, yaitu 12 – 32, dihitung

berdasarkan standard deviasi. Sedangkan pada skor *posttest* skor subjek menjadi meningkat karena telah diberi perlakuan. Maka dapat disimpulkan kebermaknaan hidup pada lansia menjadi meningkat setelah diberi perlakuan *storytelling*.



Gambar 2. Hasil Data *Pretest* dan *Posttest* Kelompok Kontrol

Berdasarkan hasil di atas dapat diketahui bahwa antara skor *pretest* dan *posttest* mengalami tidak mengalami peningkatan yang signifikan, dan cenderung mengalami penurunan. Hal tersebut dikarenakan subjek tidak diberikan perlakuan yang sama seperti kelompok eksperimen. Subjek yang berada dikelompok kontrol kondisi *pretest* juga sama seperti kelompok eksperimen, berada dikategori sedang dan rendah.

DISKUSI

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, yakni *storytelling* untuk meningkatkan kebermaknaan hidup. Dari hasil uji analisis *mann whitney* terhadap skor *pretest* yakni kondisi kelompok eksperimen dan kelompok kontrol adalah setara. Kemudian setelah dilakukan penelitian, dilakukan uji analisis *wilcoxon* dan diketahui bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada skor kebermaknaan hidup dari *pretest* dan *posttest* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Hasil skor *posttest* setelah diberikannya perlakuan yang diberikan pada saat mengalami peningkatan atau lebih tinggi daripada skor *pretest* sebelum diberikan perlakuan *storytelling*.

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan *storytelling* sebagai upaya untuk meningkatkan kebermaknaan hidup pada lansia di Desa Tegalweru Malang. Pemberian *storytelling* dilakukan pada 11 subjek kelompok eksperimen yang sesuai dengan kriteria penelitian. Sebelum *storyteller* membacakan naskah cerita, subjek diberi pertanyaan guna menggali potensi dan harapan-harapan yang ada pada diri subjek.

Bercerita mampu menjadi sarana berbagi inspirasi dan meningkatkan motivasi untuk bertindak atau melakukan suatu perubahan (Serrart, 2008). Selain itu, dengan bercerita seseorang dapat membuat konsep yang ingin disampaikan menjadi sesuatu yang bermakna. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Land (2007) nilai dari sebuah cerita dapat mempengaruhi pendengar dalam melakukan sebuah perubahan dalam hidupnya. Secara tidak langsung melalui kisah-kisah dalam cerita mampu mengungkap permasalahan yang terjadi pada seseorang. Menurut Rober, Dominiek, dan Robert. (2006) melalui terapi narasi atau bercerita ia mampu mengemukakan kejadian-kejadian masa lalu pada kliennya.

Dalam hal ini kegiatan bercerita menjadi sebuah sarana bagi lansia untuk menemukan makna hidup. Mengembangkan hidup menjadi lebih bermakna sama halnya seperti meningkatkan keadaan hidup yang kurang baik (Abintara, 2015). Dimana pada masa ini, lansia mengalami banyak perubahan fisik maupun psikologis. Hal tersebut membuat lansia merasa minder atau kurang percaya diri saat diminta untuk berinteraksi dengan lingkungan sosial (Santrock, 2002). Lansia sering dianggap tidak berguna dan merasa diabaikan serta terasingkan. Sangatlah penting bagi lansia untuk bisa menemukan makna hidup, karena makna hidup membuat seseorang bertindak positif. Sehingga dalam perkembangan pribadi dan kehidupan sosial akan terasa menyenangkan. Jika hal itu berhasil dipenuhi maka akan menyebabkan seseorang merasakan kehidupan yang berarti yang pada akhirnya akan menimbulkan perasaan bahagia (Bastaman, 2007).

Pemberian terapi bercerita kepada lansia dapat mengembangkan emosi dan kondisi psikologis lansia menjadi lebih positif. Penyampaian nilai-nilai tentang makna hidup melalui alur cerita membuat lansia lebih mudah untuk mengerti dan memahami pesan moral yang terkandung dalam setiap cerita sehingga mampu memotivasi lansia untuk menjalani masa tuanya dengan tenang dan sejahtera (Nakamura, dkk., 2016). *Storytelling* ini tidak hanya bertujuan untuk intervensi tetapi juga sebagai sarana berbagi cerita mengenai pengalaman yang dialami oleh lansia. Hal ini mengajarkan pada seseorang mengenai permasalahan yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari sehingga lansia dapat mengetahui bagaimana cara menerima dan menghadapi suatu permasalahan. Dalam hal ini ketika seseorang memaknai setiap keadaan ataupun permasalahan yang dihadapinya menjadikan orang tersebut lebih berpikir positif dan bahagia.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan diketahui bahwa metode *storytelling* merupakan metode yang efektif untuk meningkatkan kebermaknaan hidup pada lansia. Hal ini diketahui dari adanya peningkatan hasil *pretest* dan *posttest* dari kelompok eksperimen. Rata-rata subjek mengalami perubahan signifikan. Pada saat perlakuan diberikan, terlihat antusias dari setiap subjek. Hal tersebut terbukti ketika *feedback* bersikap asertif menjawab semua pertanyaan yang diberikan

peneliti. Selain itu, observer melihat pada saat sesi pertama sampai sesi keempat diberikan semua subjek tampak termenung mendengarkan cerita. Dari beberapa subjek juga terlihat berkaca-kaca dan terdiam mendengarkan cerita, subjek mengungkapkan bahwa dari beberapa cerita ada yang mengungkapkan tentang kisah hidupnya.

Pada saat *feedback*, subjek menjelaskan bahwa dari cerita yang disampaikan ia seperti merefleksikan dirinya. Subjek merasa hampa karena harus tinggal sendiri di rumah, hidupnya hanya bergantung dari tetangga. Hampir dari semua subjek dalam penelitian hidup sebatang kara. Banyak dari subjek yang merindukan masa lalunya dikarenakan ingin berkumpul dengan keluarga seperti dulu lagi. Seperti yang diungkapkan subjek SRTN “aku sudah tua kok malah tinggal anakk, padahal sewaktu ia kecil aku yang ngurusin. Apa karna aku sudah tidak mampu lagi buat kerja?” kutipan dari pernyataan subjek tersebut menunjukkan bahwa subjek memiliki makna hidup yang rendah. Seperti pernyataan Baumeister dan Vohs (2002) bahwa individu dikatakan telah mampu menemukan makna hidup salah satunya ketika mampu merasakan harga diri. Karena dengan harga diri seseorang merasa sebagai orang yang baik dan berharga.

Metode *storytelling* selama proses pengaplikasiannya melibatkan dua aspek, yakni aspek kehadiran makna dan aspek pencarian makna. Kedua aspek ini dihadirkan kedalam dua bentuk cerita. Cerita berjudul “Kisah Bunga Mawar dan Pohon Bambu” dan “Bersyukur dan Bahagia” mengungkapkan aspek kehadiran makna. Aspek kehadiran makna bertujuan untuk memberikan wawasan pada subjek mengenai apakah di dalam kehidupannya telah menerima segala sesuatu yang sesudah didapat maupun yang sedang dijalani (Steger, 2006). Cerita kedua mengungkap tentang aspek pencarian makna, cerita yang disampaikan berjudul “Tua” dan “Perjuangan Seorang Nenek”. Aspek pencarian makna memiliki tujuan untuk memberikan pemahaman kepada subjek bahwa pentingnya dorongan dalam diri bagi seseorang dalam mencari dan memahami makna dari kondisi yang dialami.

Dalam penyampaian cerita, subjek akan diajak untuk intropeksi diri apakah kehidupan yang telah maupun sedang dijalannya saat ini sudah memiliki tujuan dan arti. Menurut Rutledge (2011) dengan bercerita kita diajak untuk berpikir, bagaimana membuat kehidupan menjadi bermakna. Mampu mengarahkan dalam membuat keputusan, memberi dorongan kepada orang lain, serta mengajarkan nilai-nilai sosial. Dengan adanya penanaman aspek dari setiap cerita, lansia lebih mudah memahami kondisi dalam dirinya mengenai bagaimana pentingnya memaknai hidup. Kusumaningrum, Gultonm, dan Dewi (2011) juga menjelaskan bahwa *storytelling* merupakan aktivitas yang menyenangkan, sehingga memberikan efek santai yang akan menyebabkan pengeluaran hormon yang dapat merubah suasana hati atau perasaan dan meningkatkan kesejahteraan.

Penerapan metode *storytelling* menunjukkan peningkatan pada pencapaian makna hidup pada subjek. Hal ini ditunjukkan dari meningkatnya rata-rata kebermaknaan hidup sebelum dan sesudah diberikannya intervensi metode *storytelling*. Metode *storytelling* sebagai sebuah kegiatan atau wadah bagi lansia untuk lebih mudah menemukan makna dan tujuan hidup. Penelitian ini tentunya tidak lepas dari

beberapa hambatan dalam proses pelaksanaannya. Beberapa hambatan yang dialami antara lain seperti keterbatasan waktu, sulitnya mencari subjek yang sesuai dengan kriteria, jarak tempuh dari lokasi intervensi dengan rumah warga, suasana pada saat intervensi yang kurang mendukung karena terdengar suara lalu lalang kendaraan bermotor yang mempengaruhi proses intervensi, keterbatasan pemahaman bahasa yang menjadikan komunikasi sedikit terhambat, proses menentukan cerita, serta kesulitan dalam menemukan teori-teori yang mendukung. Beberapa hambatan tersebut mempengaruhi proses intervensi yang kurang optimal. Sehingga hambatan-hambatan ini nantinya akan menjadi pertimbangan lanjut bagi peneliti sehingga dapat dihindari saat berlangsungnya penelitian.

SIMPULAN DAN IMPLIKASI

Berdasarkan hasil intervensi dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan tingkat kebermaknaan hidup yang dimiliki lansia di Desa Tegalweru Malang dari kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sebelum dan sesudah diberikan intervensi yaitu *storytelling* pada kelompok eksperimen. Hal tersebut diketahui berdasarkan nilai probabilitas < 0.05 ($p = 0.000$). Maka dapat disimpulkan dalam penelitian ini *storytelling* mampu meningkatkan kebermaknaan hidup pada lansia.

Implikasi dari penelitian ini ialah bagi pihak keluarga, pengurus panti werdha, pengurus posyandu lansia, ataupun masyarakat diharapkan dapat menjadikan metode *storytelling* sebagai media baru dalam berbagi pengalaman hidup dan menggali motivasi dalam diri yang efektif untuk mengembangkan makna hidup. Melihat pentingnya memaknai hidup pada diri terutama pada diri lansia, baiknya pihak keluarga ataupun kerabat dekat tidak mengabaikan para lansia. Selain itu, bagi peneliti selanjutnya dapat menjadikan penelitian ini sebagai bahan referensi untuk penelitian lebih lanjut bagi yang ingin meneliti mengenai kebermaknaan hidup. Disarankan juga untuk melakukan penelitian dengan metode lainnya yang lebih efektif dan inovatif.

REFERENSI

- Abintara, H. B. (2015). Pengaruh spiritualitas terhadap kebahagiaan melalui kebermaknaan hidup pada tentara nasional indonesia bintaldam v/brawijaya. Skripsi. Malang. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Alfian, I. N., & Suminar, D. R. (2003). Perbedaan tingkat kebermaknaan hidup remaja akhir pada berbagai status identitas ego dengan jenis kelamin sebagai korariabel. *Jurnal INSAN Media Psikologi*, 5.
- Anoraga, W. (2015). *Lansia di indonesia: Tua sebelum kaya*. Diakses 24 Januari, 2017, dari <http://www.kompasiana.com/wiranoraga/lansia-di-indonesia-tuasebelum-kaya55fdc5eb0223bd661aeadf0a>
- Ariani, M. A. (2012). *Storytelling* untuk meningkatkan *happiness* pada lansia yang tinggal di panti werdha. Skripsi. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Ariyanti, N. (2016). Hubungan dukungan sosial dengan kebermaknaan hidup pada lansia di panti wreda. Skripsi. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Azizah, L. M. (2011). *Keperawatan usia lanjut edisi 1*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Bandiyah, S. (2009). *Lanjut usia dan keperawatan gerontik*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Bastaman, H. D. (2007). *Logoterapi: Psikologi untuk menemukan makna hidup dan meraih hidup bermakna*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Baumeister, R. F., Vohs, K. D., Aaker, J. L., & Garbinsky E. N. (2013). Some key differences between a happy life and a meaningful life. *The Journal of Positive Psychology*, 8, 505-516.
- Crumbaugh, J. C., & Leonard, T. M. (1964). *An experimental study in existentialism: The psychometric approach to frankl's concept of noogenic neurosis*. Colombus: Georgia.
- Frankl, V. E. (2003). *Logoterapi: Terapi psikologi melalui pemaknaan eksistensi*. Yogyakarta: Kreasi Wacana.
- Gracia, L. G. (2007). Tingkat kebermaknaan hidup dewasa madya yang bekerja. Skripsi. Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma.
- Jatiningtyas, A. (2009). *Aspek pendidikan amoral dalam buku cerita anak*. Yogyakarta: IKIP.
- Kaharingan, E., Bidjuni, H., & Karundeng, M. (2015). Pengaruh penerapan terapi okupasi terhadap kebermaknaan hidup pada lansia di panti werdha damai ranomuut manado. *Jurnal keperawatan*, 3, 1-8.

- Kleftaras & Psarra. (2012). Meaning in life, psychological well-being and depressive symptomatology: A comparative study. *Journal Psychology*, 3, 337-345.
- Kusumaningrum, A. Gultonm, N. A., & Dewi, N. R. (2011). *Physiological and psychological benefits of therapeutic storytelling to inpatient children*. Skripsi. Universitas Sriwijaya Palembang.
- Land, K. (2007). Storytelling as therapy: The motives of a counselor. *Journal Psychology*. Diakses 24 Januari, 2017 dari <http://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/10805699070700030504>
- Latipun. (2007). *Psikologi eksperimen*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang Press.
- Mangoenprasodjo, S. A. (2004). *Siapa takut menopause: kiat memasuki waktu paruh baya tanpa rasa was-was dan cemas*. Yogyakarta: Thinkfresh.
- Monks, F. J. (2002). *Psikologi perkembangan: Pengantar dalam berbagai bagiaannya*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Nakamura, M. dkk. (2013). The meaning of life for an elderly man living alone: a narrative approach. *Journal of Japanese Nursing*, 1, (2), 18-25.
- Padila. (2013). *Buku ajar keperawatan gerontik*. Yogyakarta: NuMed.
- Rober, P., Dominiek, E., & Robert, E. (2006). Talking about violence: A microanalysis of narrative processes in a family therapy session. *Journal of Marital and Family Therapy*.
- Rutledge, P. B. (2011). *The psychological power of storytelling*. Diakses 10 Januari, 2017, dari <http://www.psychologytoday.com/blog/positively-media/201101/the-psychological-power-storytelling.html>.
- Santrock, J. W. (2002). *Life-span development perkembangan masa hidup edisi kelima jilid 2*. Jakarta : Erlangga.
- Seligman, M. E. P (2005). Positive psychology progress: Empirical validation of interventions. *Psychological Science*, 7, 86-189.
- Serrat, O. (2008). Storytelling. *Journal*. Cornell University ILR School.
- Steger, M. F. (2006). The meaning in life questionnaire: assessing the presence of and search for meaning in life, 53, 80-93.
- Suardiman, S. (2011). *Psikologi lanjut usia*. Yogyakarta: Gadjah Mada.
- Suprpto. (2013). *Metodologi penelitian ilmu pendidikan dan ilmu-ilmu pengetahuan sosial*. Jakarta: Buku Seru. University Press.

Wright, H. H., Gilson J. C., & Gerasimos F. (2011). Storytelling processing ability in cognitively healthy younger and older adults. *Journal of Speech, Language and Hearing Research*.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Analisis Validitas dan Reliabilitas

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	30	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	30	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
,838	,848	10

Summary Item Statistics

	Mean	Minimum	Maximum	Range	Maximum / Minimum	Variance	N of Items
Item Means	3,693	3,100	4,467	1,367	1,441	,251	10

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
item1	33,43	11,495	,844	.	,786
item2	33,70	13,528	,425	.	,836
item3	33,03	15,482	,405	.	,836
item4	33,77	13,289	,544	.	,822
item5	32,73	15,030	,429	.	,833
item6	33,03	15,482	,405	.	,836
item7	32,47	13,499	,748	.	,807
item8	33,67	12,230	,674	.	,807
item9	32,73	12,685	,560	.	,821
item10	33,83	13,730	,438	.	,833

Lampiran 2. Blue Print Skala

No.	Indikator	Item		
		F	UF	T
1.	Keberadaan Makna	1, 4, 5, 6	9	5
2.	Pencarian Makna	2, 3, 7, 8, 10	-	5
Total		9		10

Lampiran 3. Skala Penelitian

Nama :
Usia :
Jenis Kelamin:

Petunjuk Pengisian

- Bacalah pernyataan di bawah ini dengan teliti dan pahami setiap makna pernyataan dengan baik
- Jawablah setiap pernyataan sesuai dengan kondisi yang Bapak/Ibu rasakan dan alami saat ini. Tidak ada jawaban yang benar atau salah pada setiap pernyataan.
- Beri tanda *checklist* (✓) pada setiap jawaban yang sesuai dengan perasaan yang Bapak/Ibu alami saat ini

No	Pernyataan	SS	S	N	TS	STS
1.	Saya mengerti arti kehidupan saya.					
2.	Saya mencari sesuatu yang membuat hidup saya lebih berarti.					
3.	Saya selalu mencari tujuan hidup saya.					
4.	Hidup saya sudah mempunyai tujuan yang jelas.					
5.	Saya mempunyai alasan kuat yang membuat hidup saya lebih berarti.					
6.	Saya telah menemukan tujuan kepuasan hidup saya.					
7.	Saya selalu mencari sesuatu yang membuat hidup saya terasa berarti.					
8.	Saya masih mencari tujuan atau misi untuk hidup saya.					
9.	Hidup saya tidak mempunyai tujuan yang jelas.					
10.	Saya sedang mencari arti hidup saya.					

Terima Kasih

Lampiran 4. Modul Penelitian

**MODUL
STORYTELLING UNTUK MENINGKATKAN KEBERMAKNAAN HIDUP
LANSIA (STUDI DI POSYANDU LANSIA DESA TEGALWERU
MALANG**



Oleh :

Nurul Putri Utami
201310230311200

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG**

2017

1. Latar Belakang

Masa lanjut usia merupakan tahap terakhir dalam kehidupan manusia. Periode lanjut usia seperti halnya periode lain dalam perkembangannya akan muncul beberapa perubahan yang akan dialami. Proses menua yang dialami oleh lansia menyebabkan mereka rentan mengalami berbagai macam perasaan seperti sedih, cemas, kesepian, dan mudah tersinggung. Perasaan negatif yang muncul tersebut merupakan masalah psikologis yang terjadi pada lansia dan memberi pengaruh pada sisi emosional mereka. Perasaan tidak mampu, kematian pasangan atau orang-orang terdekat, hilangnya dukungan sosial dan penurunan kesempatan dalam hal ekonomi karena tidak bekerja atau pensiun (Suprpto, 2013).

Berbagai persoalan tersebut dapat mempengaruhi lansia dalam memaknai kehidupan. Kebermaknaan hidup lansia berkaitan dengan persepsi terhadap kualitas hidup, yang mencakup kesejahteraan psikologis, fungsi fisik yang baik, hubungan dengan orang lain, kesehatan dan aktivitas sosial. Memiliki makna hidup berarti dapat meningkatkan semangat hidup dan meletakkan dasar untuk kesejahteraan

Kemunduran fungsi tubuh dan berkurangnya peran di masyarakat bagi lansia dapat membuat emosi yang labil, mudah tersinggung, gampang merasa dilecehkan, kecewa, tidak bahagia, perasaan kehilangan dan tidak berguna. Lansia sering dianggap tidak berdaya, sakit-sakitan, tidak produktif, serta tak jarang diperlakukan sebagai beban keluarga (Bandiyah, 2009). Selain itu, terdapat perubahan sosial antara lain terjadinya penurunan aktivitas, peran dan partisipasi sosial (Partini, 2002 dalam Erlangga). Perasaan tersebut muncul dikarenakan rendahnya makna hidup pada diri lansia tersebut sehingga membuat lansia tidak memiliki rasa harga diri yang kuat dan perasaan rendah diri.

Keberadaan keluarga dalam kehidupan lanjut usia memberikan dampak tersendiri bagi lanjut usia, yang tanpa disengaja akan berpengaruh bagi pencapaian kesejahteraannya di hari tua, baik pada kesejahteraan psikologis ataupun kesejahteraan hidup. Menurut Suardiman

(2011) kepuasan hidup menunjuk kepada kesejahteraan. Dengan keberadaan keluarga, lanjut usia merasa mendapatkan dukungan dan diperhatikan, sehingga dapat melanjutkan proses hidupnya. Lansia yang berhasil menemukan makna hidup, maka mereka dapat menjalani kehidupan dengan penuh semangat dan optimisme, mempunyai tujuan yang jelas baik jangka pendek maupun jangka panjang dan bertanggung jawab baik terhadap diri sendiri, lingkungan atau masyarakat.

Berdasarkan data awal dari 3 responden yang telah diwawancarai mengenai makna hidup, diketahui bahwa faktor yang berpengaruh yakni kondisi dukungan sosial dari keluarga. Rata-rata dari lansia tersebut masih memiliki keluarga. Seringkali pihak keluarga datang menjenguk, meskipun hanya sekedar mengantarkan kebutuhan sandang. Adapun dari lansia tersebut jarang dijenguk pihak keluarga, antara lain dikarenakan pihak keluarga tidak memiliki waktu atau memiliki kesibukan lain. Kurangnya intensitas untuk bertemu keluarga inilah yang menyebabkan lansia panti werdha Al-Ishlah merasakan kesepian dan keterasingan dari lingkungan. Jika lansia dapat mempertahankan pola hidup dengan baik serta mampu memandang suatmakna kehidupan, maka sampai ajal menjemput, mereka masih dapat berbuat hal yang banyak bagi kepentingan semua orang (Sukarti, 2004).

Dalam berbagai masalah yang timbul tersebut dapat mempengaruhi kebermaknaan hidup lanjut usia. Makna hidup mempunyai arti yang berbeda pada setiap individu tergantung dari sudut pandang tertentu individu melihatnya dan mengartikannya. Makna hidup adalah hal-hal yang dianggap sangat penting dan berharga serta memberikan nilai khusus bagi seseorang, sehingga layak dijadikan tujuan dalam kehidupan. Jika hal itu berhasil dipenuhi maka akan menyebabkan seseorang merasakan kehidupan yang berarti yang pada akhirnya akan menimbulkan perasaan bahagia (Bastaman, 2007). Sedangkan Seligman (2005) menjelaskan bahwa kebahagiaan merupakan konsep yang mengacu pada emosi positif yang dirasakan individu serta aktivitas-aktivitas positif yang disukai oleh individu tersebut, kemudian membagi emosi positif tersebut menjadi tiga

macam yaitu emosi yang diarahkan atau datang dari masa lalu, masa sekarang dan masa depan. Rasa puas, bangga, dantenang adalah emosi yang berorientasi pada masa lalu. Optimisme, harapan, kepercayaan, keyakinan dan kepercayaan diri adalah emosi yang berorientasi pada masa depan. Semangat, riang, gembira, ceria serta merujuk pada aktivitas yang disukai merupakan emosi positif yang berasal dari masa sekarang. Hidup yang bermakna adalah corak kehidupan yang sarat dengan kegiatan, penghayatan, dan pengalaman-pengalaman bermakna. Makna hidup menurut Bastaman (2007) adalah sesuatu yang dirasakan penting, benar, berharga, dan didambakan serta memberikan nilai khusus bagi seseorang dan layak dijadikan tujuan hidup. Dalam menemukan makna hidup diperlukan adanya tanggung jawab pribadi untuk tetap bertahan hidup.

Lanjut usia yang hidupnya bermakna antara lain digambarkan dengan orang-orang yang menerima dan bersikap positif terhadap ketuaannya serta menjalaninya dengan tenang. Pada dasarnya jika individu memiliki makna hidup yang positif maka akan memunculkan persepsi positif pada diri individu bahwa segala peristiwa yang terjadi memiliki nilai khusus yang berarti dan dapat dijadikan pembelajaran di kehidupan pada masa yang akan datang sehingga dalam hal ini akan menimbulkan rasa bahagia (Kleftaras & Psarra, 2012). Adanya komunikasi timbal balik merupakan salah satu bentuk menciptakan adanya rasa kedamaian ataupun kepuasan bagi lanjut usia sehingga tidak menimbulkan permasalahan tersendiri bagi lanjut usia seperti stress, rasa cemas ataupun frustrasi. Kegiatan bagi lansia yang bersifat produktif juga membawa implikasi sosial tidak saja bagi lanjut usia itu sendiri, keluarga tetapi juga masyarakat (Suardiman, 2011).

Melalui aktivitas mereka dapat berkumpul dan berkomunikasi dengan sesama. Salah satu contoh dari komunikasi yaitu memberikan *storytelling* pada lanjut usia. Metode tersebut dirasa mampu untuk meningkatkan *meaning of life* pada lansia. Pada dasarnya *storytelling* memberi kesempatan pada lansia untuk berbagi cerita dan pengalaman hidup. Menurut Serrat (2008) *storytelling* merupakan suatu proses

menjelaskan gambaran hidup mengenai sebuah ide, keyakinan, pengalaman pribadi, dan pelajaran hidup melalui cerita yang dapat membangkitkan emosi dan memberi wawasan atau kesadaran terhadap suatu nilai (Serrat, 2008).

Seperti penelitian sebelumnya yang berjudul “*Storytelling* untuk Meningkatkan *Happiness* pada Lansia yang Tinggal di Panti Werdha” diketahui bahwa hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat *happiness* pada subyek penelitian sebelum mendapat perlakuan dengan setelah mendapatkan perlakuan (*storytelling*). Terbukti bahwa metode *storytelling* mampu meningkatkan *happiness* pada lansia karena dengan sebuah cerita, seseorang dapat membangkitkan emosi orang lain. Selain itu *storytelling* merupakan salah satu media komunikasi untuk berbagi pengalaman maupun menanamkan suatu nilai. Cerita yang disampaikan yaitu berupa penggambaran makna hidup, serta bernilai bagi pendengar maupun pencerita.

Berdasarkan pemaparan diatas, modul ini dibuat sebagai rancangan untuk melakukan intervensi melalui metode *storytelling* yang diharapkan dapat meningkatkan *meaning of life* pada lansia.

2. Teori Dasar

Pengertian *Meaning Of Life*

Makna hidup menurut Bastaman (2007) adalah sesuatu yang dirasakan penting, benar, berharga, dan didambakan serta memberikan nilai khusus bagi seseorang dan layak dijadikan tujuan hidup. Dalam menemukan makna hidup diperlukan adanya tanggung jawab pribadi untuk tetap bertahan hidup.

Menurut Chaplin (2006) dalam kamus psikologi makna mempunyai arti sebagai sesuatu yang diharapkan atau sesuatu yang menunjukkan pada sesuatu istilah tertentu.

Kebermaknaan hidup, dapat diwujudkan dalam sebuah keinginan untuk menjadi orang yang berguna untuk orang lainnya, apakah itu anak,

istri, keluarga dekat, komunitas, negara, dan bahkan umat manusia (Frankl, 2003).

Kerangka pikir teori yang dikemukakan Frankl digambarkan secara ringkas sebagai berikut: Setiap orang selalu mendambakan kebahagiaan dalam hidupnya. Dalam pandangan teori Viktor Frankl kebahagiaan itu ternyata tidak terjadi begitu saja tetapi merupakan akibat sampingan dari keberhasilan seseorang memenuhi keinginannya untuk bermakna (*the will to meaning*) dan menemukan makna hidupnya (*the meaning of life*). Mereka yang berhasil memenuhinya akan mengalami hidup yang bermakna (*the meaningful life*), dan ganjaran dari hidup yang bermakna adalah kebahagiaan. Di lain pihak mereka yang tak berhasil memenuhi motivasi ini akan mengalami kekecewaan dan kehampaan hidup serta merasakan hidupnya tidak bermakna (Bastaman, 2007).

Dengan demikian makna hidup dapat diartikan sebagai sesuatu yang diharapkan dalam hidup sebagai arah tujuan dalam hidup untuk menemukan suatu istilah yang dianggap bermakna dan dapat menjadikan hikmah dibalik peristiwa yang dialaminya.

Aspek-aspek Kebermaknaan Hidup (*meaning of life*)

Penghayatan pada suatu hal yang memiliki nilai penting dalam diri seseorang yang menimbulkan motivasi untuk membuat kualitas hidupnya menjadi tinggi. Steger (2006) mengatakan bahwa makna hidup terdapat dua aspek yang ada dalam diri manusia, yaitu : 1) Kehadiran Makna. Dimana keadaan seseorang merespon tentang kehidupan yang sudah dilaluinya dan sedang dialaminya. Hal ini bersifat subyektif dan bersifat individual tergantung bagaimana seseorang mempresepsikan suatu kejadian atau kasus, serta dipengaruhi oleh waktu, 2) Mencari Makna. Dimana dorongan seseorang untuk mencari makna hidup seberapa besar perjuangan mencari makna dan memahaminya, baik dalam keadaan menderita maupun senang. Pencarian makna hidup merupakan suatu elemen yang dapat melahirkan kebermaknaan hidup pada seseorang dalam berbagai kondisi.

Sumber-sumber Kebermaknaan Hidup (*meaning of life*)

Frankl (dalam Bastaman, 2007) mengemukakan sumber-sumber kebermaknaan hidup, yaitu: 1) *Creative values* (nilai-nilai kreatif) yaitu kegiatan berkarya, bekerja, mencipta serta melaksanakan tugas dan kewajiban sebaik-baiknya yang dilakukan dengan penuh tanggung Jawab. 2) *Experiential values* (nilai-nilai penghayatan) yaitu keyakinan dan penghayatan akan nilai-nilai kebenaran, kebajikan, keinfahan, keimanan, dan keagamaan, serta cinta kasih. Menghayati dan meyakini suatu nilai dapat menjadikan seseorang berarti hidupnya. 3) *Attitudinal values* (nilai-nilai bersikap) yaitu menerima dengan penuh ketabahan, kesabaran dan keberanian segala bentuk penderitaan yang tidak mungkin dielakkan lagi, seperti sakit yang tidak dapat disembuhkan, kematian dan menjelang kematian, setelah segala upaya dan ikhtiar dilakukan secara maksimal. ditemukan, asalkan saja dapat mengambil sikap yang tepat dalam menghadapinya. 4) *Hopeful values* (harapan) yaitu selain tiga ragam nilai yang dikemukakan oleh Victor Frankl, ada nilai lain yang menurut Bastaman dapat menjadikan hidup bermakna, yaitu harapan (*hope*) (Bastaman, 2007). Harapan adalah keyakinan akan terjadinya hal-hal yang baik atau perubahan yang menguntungkan di kemudian hari.

Karakteristik Kebermaknaan Hidup (*meaning of life*)

Bastaman (2007) mengemukakan gambaran mengenai beberapa sifat khusus dari makna hidup, yaitu: 1) Makna hidup itu sifatnya unik, pribadi dan temporer, artinya apa yang dianggap berarti oleh seseorang belum tentu berarti pula bagi orang lain. makna hidup seseorang dan apa yang bermakna bagi dirinya biasanya bersifat khusus, berbeda dan tak sama dengan makna hidup orang lain, serta mungkin pula dari waktu ke waktu berubah. 2) Makna hidup itu sifatnya unik dan nyata, dalam artian makna hidup benar-benar dapat ditemukan dalam pengalaman dan kehidupan sehari-hari, serta tidak perlu selalu dikaitkan dengan hal-hal yang serba abstrak-filosofis, tujuan-tujuan idealistis dan prestasi-prestasi

akademis yang serba menakjubkan. 3) Makna hidup adalah memberi pedoman dan arah terhadap kegiatan-kegiatan kita, sehingga makna hidup itu seakan-akan menantang kita untuk memenuhinya. Makna hidup ditemukan dan tujuan hidup ditentukan, kita seakan-akan terpanggil untuk melaksanakan dan memenuhinya, serta kegiatan-kegiatan kita pun menjadi lebih terarah kepada pemenuhan itu.

Pengertian *Storytelling*

Storytelling merupakan penghubung sebuah cerita kepada satu atau lebih pendengar melalui suara. Menurut Jayaningtyas (2009) *storytelling* atau *storytelling* adalah membicarakan kembali sesuatu yang telah didengar atau sesuatu yang telah dilihat. Selain itu, *storytelling* juga didefinisikan sebagai sebuah seni dalam menggunakan bahasa secara lisan, gerakan fisik dan bahasa tubuh untuk mengungkapkan unsur-unsur dan kesan detail dari sebuah cerita kepada orang lain secara langsung.

Storytelling merupakan suatu kegiatan menceritakan sebuah cerita dengan cara yang menghibur, mengesankan, atau secara dramatisasi. Proses *storytelling* dapat dilakukan dengan posisi berdiri atau duduk dan menggunakan suara atau bahasa tubuh dalam menyampaikan isi cerita tanpa membaca isi buku atau cerita.

Storytelling adalah proses menjelaskan gambaran hidup mengenai sebuah ide, keyakinan, pengalaman pribadi, dan pelajaran hidup melalui cerita yang dapat membangkitkan emosi dan member wawasan atau kesadaran yang mendalam terhadap sesuatu (*insight*) (Serrat, 2008).

Jadi, dapat ditarik kesimpulan bahwa *storytelling* merupakan seni dalam menyampaikan suatu cerita yang dilakukan untuk memberikan hiburan, kesan, serta pelajaran hidup.

Manfaat *Storytelling*

Adapun manfaat *storytelling*, tak hanya bagi pendengar tetapi juga bagi orang yang mendongengkannya. Menurut Hibana (dalam Kusmiadi, 2008), manfaat dari kegiatan mendongeng ini antara lain adalah:

- a) Mengembangkan fantasi, empati dan berbagai jenis perasaan lain.

- b) Membangun kedekatan dan keharmonisan.
- c) Media pembelajaran.

Menurut Serrat (2008), secara umum metode *storytelling* merupakan salah satu cara untuk:

- a) Membuat konsep yang ingin disampaikan menjadi sesuatu yang penuh makna.
- b) Menjadi sarana penghubung antara seseorang dengan suatu pemikiran.
- c) Dapat menjadi sarana berbagi inspirasi dan meningkatkan motivasi untuk bertindak atau melakukan suatu perubahan.
- d) Memberi kesempatan dalam memandang sesuatu dari sudut pandang yang berbeda.
- e) Mengembangkan suatu pesan moral yang berharga terhadap suatu keadaan dengan mengaplikasikan pengetahuan dan pengalaman seseorang di dalamnya, sehingga member kemungkinan untuk menemukan solusi terhadap suatu permasalahan.
- f) Sebagai media untuk menyampaikan suatu pesan moral.
- g) Dapat memberi inspirasi untuk melakukan suatu perubahan dalam diri seseorang.

Selain itu, dengan metode *storytelling* seseorang dapat memberi kesadaran pada orang lain untuk melakukan perubahan dan menanamkan nilai moral. Melalui *storytelling* kita dapat menemukan sejarah kehidupan kita, hal yang diinginkan di masa depan, serta tujuan hidup. Seorang pencerita (*storyteller*) juga dapat meningkatkan motivasi seseorang lewat cerita yang ia sampaikan. Jika seseorang yang mendengarkan cerita dapat memahami secara jelas mengenai maksud dan makna dari cerita yang disampaikan kemudian dikaitkan dengan kehidupan yang ia jalani, maka individu tersebut akan dapat memahami setiap kejadian yang terjadi dalam hidupnya dan dapat merencanakan kehidupannya secara lebih baik di masa depan.

Aplikasi *Storytelling*

Storytelling biasanya digunakan untuk mengidentifikasi dan menjadi sarana pembelajaran dengan menggali nilai-nilai moral yang ada

dalam cerita yang disampaikan, sehingga dapat member inspirasi orang yang mendengarkan cerita tersebut dan memungkinkan si pendengar untuk melakukan perubahan kea rah yang lebih baik.*Storytelling* biasanya diterapkan dalam beberapa kegiatan seperti kegiatan *storytelling* secara lisan, disampaikan secara berkelompok atau dalam suatu komunitas, kegiatan untuk memonitor dan mengevaluasi sesuatu, hiburan.

3. Tujuan Pembuatan Modul

Sebagai pegangan untuk melaksanakan penelitian eksperimen, terutama dengan tema besar “Metode *Storytelling*” pada lansia.

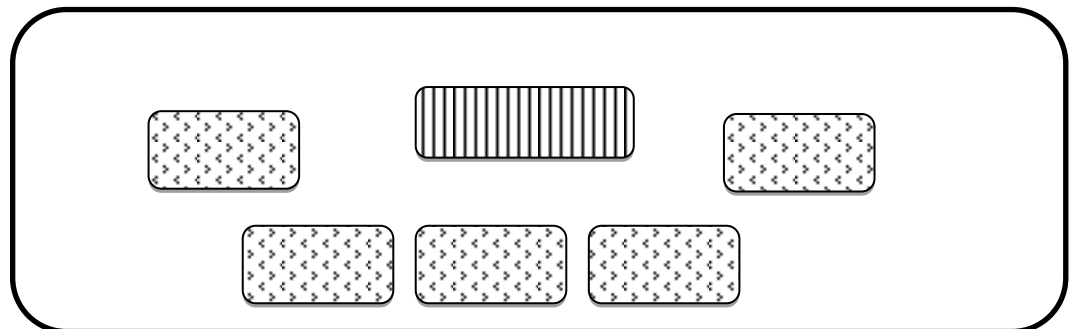
4. Manfaat Penelitian

Sebagai salah satu metode yang dapat dilakukan untuk meningkatkan *meaning of life* pada lansia.Selain itu, sebagai sarana *sharing*, membentuk komunikasi serta hubungan sosial yang baik antar lansia.

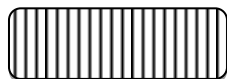
5. Waktu Pelaksanaan

Penelitian eksperimen ini akan dilaksanakan selama satu minggu. Dimulai dari tanggal 28 Desember 2016 – 6 Januari 2017.

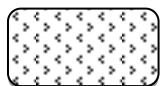
6. Tata Ruang



Keterangan :



: *Story teller*



: Subjek

7. Prosedur Kegiatan

PERTEMUAN I		
SESI I	KEGIATAN	WAKTU
• <i>Ice breaking</i>	• Senam Jari	10 menit
• <i>Sharing</i> Pengalaman	<ul style="list-style-type: none"> • Perkenalan • Subjek menceritakan mengenai masa hidupnya • Menjelaskan 	60 menit

gambaran
kegiatan
storytelling yang
akan dilakukan

- **Cerita “Kisah Bunga Mawar dan pohon Bambu”**
- Membacakan 20 menit cerita yang berjudul “Kisah Bunga Mawar dan pohon Bambu”

- **Diskusi**
- *Feedback*
- Diskusi antara 30 menit *story teller* dengan subjek dan juga antara subjek dengan subjek lainnya mengenai pesan yang ada dalam cerita
- Pemberian *feedback* dan kesimpulan mengenai isi cerita

PERTEMUAN II

SESI II	KEGIATAN	WAKTU
<ul style="list-style-type: none"> • Cerita “TUA!!!” 	<ul style="list-style-type: none"> • Membacakan cerita yang berjudul “TUA!!!” 	20 menit
<ul style="list-style-type: none"> • Diskusi • Feedback 	<ul style="list-style-type: none"> • Diskusi antara <i>story teller</i> dengan subjek dan juga antara subjek dengan subjek lainnya mengenai pesan yang ada dalam cerita • Pemberian <i>feedback</i> dan kesimpulan mengenai isi cerita 	30 menit
PERTEMUAN III		
SESI III	KEGIATAN	WAKTU
<ul style="list-style-type: none"> • Cerita “Bersyukur dan Bahagia” 	<ul style="list-style-type: none"> • Membacakan cerita yang berjudul “Bersyukur dan 	20 menit

Bahagia”

<ul style="list-style-type: none"> • Diskusi • <i>Feedback</i> 	<ul style="list-style-type: none"> • Diskusi antara 30 menit <i>story teller</i> dengan subjek dan juga antara subjek dengan subjek lainnya mengenai pesan yang ada dalam cerita • Pemberian <i>feedback</i> dan kesimpulan mengenai isi cerita
PERTEMUAN IV	
SESI IV	KEGIATAN WAKTU
<ul style="list-style-type: none"> • Cerita “Perjuangan seorang nenek” 	<ul style="list-style-type: none"> • Membacakan 20 menit cerita yang berjudul “Bersyukur dan Bahagia”
<ul style="list-style-type: none"> • Diskusi 	<ul style="list-style-type: none"> • Diskusi antara 30 menit <i>story teller</i>

- **Feedback** dengan subjek dan juga antara subjek dengan subjek lainnya mengenai pesan yang ada dalam cerita
- **Pemberian *feedback*** dan kesimpulan mengenai isi cerita

8. Rancangan Kegiatan Penelitian

Adapun uraian kegiatan penelitian eksperimen yang akan dilakukan adalah sebagai berikut:

- **Pertemuan Pertama**

• **Sesi 1**

1) *Ice breaking*

Waktu :10 menit

Prosedur :

- a) Subjek diminta untuk menaruh kedua tangannya kedepan kemudian menggerakkan kedua tangan
- b) Subjek diminta untuk mengepal lalu membuka tangannya

2) *Sharing Pengalaman*

Tujuan :

- a) Membangun interaksi yang baik antara peneliti dengan lansia
- b) Berbagi pengalaman

c) Lansia bisa memaknai kehidupannya

Alat dan bahan : -

Waktu :60 menit

Prosedur :

- a) Peneliti datang kepada subjek
- b) Subjek diminta memperkenalkan diri, kemudian diminta untuk berbagi pengalaman hidupnya
- c) Subjek diminta mengungkapkan secara lisan tiga hal yang paling bermakna dalam hidupnya.

3) Penyampaian cerita

Tujuan :

- a) Menanamkan kehidupan yang bermakna
- b) Subjek mampu membekali dirinya untuk menerima apa yang sudah dilaluinya dan sedang dialaminya sehingga tidak terjadi keputusasaan

Alat dan bahan : Naskah cerita “Kisah Bunga Mawar dan Pohon Bambu”

Waktu :20 menit

Prosedur :

- a) *Storyteller* mengkondisikan subjek agar keadaan kondusif
- b) *Storyteller* memberitahu subjek mengenai kegiatan apa yang akan dilakukan selanjutnya
- c) *Storyteller* menyampaikan cerita yang berjudul “Kisah Bunga Mawar dan Pohon Bambu”

4) Diskusi dan *feedback*

Alat dan Bahan : -

Waktu : 60 menit

Prosedur :

- a) Subjek diminta untuk menyampaikan pendapatnya
- b) Subjek diminta untuk menyampaikan isi cerita yang berkaitan dengan kehidupannya

- Pertemuan Kedua

• Sesi 2

1) Penyampaian cerita

Tujuan :

a) Mampu mendorong subyek untuk mencari makna hidup sejauhmana ia bisa memaknai hidupnya dalam berbagai kondisi

b) Subjek mampu mencari makna hidup dengan mengaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari

Alat dan bahan :Naskah cerita “TUA!!!”

Waktu :20 menit

Prosedur :

a) *Storyteller* mengkondisikan subjek agar keadaan kondusif

b) *Storyteller* memberitahu subjek mengenai kegiatan apa yang akan dilakukan selanjutnya

c) *Storyteller* menyampaikan cerita yang berjudul “TUA!!!”

2) Diskusi dan *Feedback*

Waktu :60 menit

Prosedur :

a) Subjek diminta untuk menyampaikan pendapatnya

b) Subjek diminta untuk menanggapi pendapat subjek yang lain

- Pertemuan Ketiga

• Sesi 3

1) Penyampaian cerita

Tujuan :

a) Mampu mendorong subyek untuk mempersepsikan suatu keadaan yang sudah dilaluinya dan sedang dialaminya

b) Subjek mampu memahami kehadiran makna dengan mengaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari

Alat dan bahan :Naskah cerita “Bersyukur dan Bahagia”

Waktu :20 menit

Prosedur :

- a) *Storyteller* menanyakan harapan saja yang sudah dilakukan setelah diberikan cerita pada pertemuan sebelumnya
- b) *Storyteller* memberitahu subjek mengenai kegiatan apa yang akan dilakukan selanjutnya
- c) *Storyteller* menyampaikan cerita yang berjudul “Bersyukur dan Bahagia”

2) Diskusi dan *Feedback*

Waktu :60 menit

Prosedur :

- a) Subjek diminta untuk menyampaikan pendapatnya
- b) Subjek diminta untuk menanggapi isi dari cerita yang sudah disampaikan

- **Pertemuan Keempat**

• **Sesi 4**

1) Penyampaian cerita

Tujuan :

- a) Mampu mendorong subjek untuk mencari makna hidup sejauhmana ia bisa memaknai hidupnya dalam berbagai kondisi
- b) Subjek mampu mencari makna hidup dengan mengaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari

Alat dan bahan :Naskah cerita “Perjuangan Seorang Nenek”

Waktu :20 menit

Prosedur :

- a) *Storyteller* menanyakan harapan saja yang sudah dilakukan setelah diberikan cerita pada pertemuan sebelumnya
- b) *Storyteller* memberitahu subjek mengenai kegiatan apa yang akan dilakukan selanjutnya

- c) *Storyteller* menyampaikan cerita yang berjudul “Perjuangan Seorang Nenek”

2) Diskusi dan *Feedback*

Waktu :60 menit

Prosedur :

- a) Subjek diminta untuk menyampaikan pendapatnya
- b) Subjek diminta untuk menanggapi isi dari cerita yang sudah disampaikan

3) Evaluasi

Kegiatan intervensi dikatakan berhasil ketika hasil dari metode *strorytelling* dapat meningkatkan *meaning of life* pada lansia. Selain itu mengetahui apakah pemberian metode *storytelling* ini dapat memberikan motivasi dan juga perubahan yang lebih baik.

LAMPIRAN

Cerita I (pertemuan ke-1)

Kisah Bunga Mawar dan Pohon Bambu

Di sebuah taman, terdapat taman bunga mawar yang sedang berbunga. Mawar-mawar itu mengeluarkan aroma yang sangat harum. Dengan warna-warni yang cantik, banyak orang yang berhenti untuk memuji sang mawar. Tidak sedikit pengunjung taman meluangkan waktu untuk berfoto di depan atau di samping taman mawar. Bunga mawar memang memiliki daya tarik yang menawan, semua orang suka mawar, itulah salah satu lambang cinta.

Sementara itu, di sisi lain taman, ada sekelompok pohon bambu yang tampak membosankan. Dari hari ke hari, bentuk pohon bambu yang begitu saja, tidak ada bunga yang mekar atau aroma wangi yang disukai banyak orang. Tidak ada orang yang memuji pohon bambu. Tidak ada orang yang mau berfoto di samping pohon bambu. Maka tak heran jika pohon bambu selalu cemburu saat melihat taman mawar dikerumuni banyak orang.

“Hai bunga mawar,” ujar sang bambu pada suatu hari. “Tahukah kau, aku selalu ingin sepertimu. Berbunga dengan indah, memiliki aroma yang harum, selalu dipuji cantik dan menjadi saksi cinta manusia yang indah,” lanjut sang bambu dengan nada sedih.

Mawar yang mendengar hal itu tersenyum, “Terima kasih atas pujian dan kejujuranmu, bambu,” ujarinya. “Tapi tahukah kau, aku sebenarnya iri denganmu,”

Sang bambu keheranan, dia tidak tahu apa yang membuat mawar iri dengannya. Tidak ada satupun bagian dari bambu yang lebih indah dari mawar. “Aneh sekali, mengapa kau iri denganku?”

“Tentu saja aku iri denganmu. Coba lihat, kau punya batang yang sangat kuat, saat badai datang, kau tetap bertahan, tidak goyah sedikitpun,” ujar sang mawar. “Sedangkan aku dan teman-temanku, kami sangat rapuh,

kena angin sedikit saja, kelopak kami akan lepas, hidup kami sangat singkat,” tambah sang mawar dengan nada sedih.

Bambu baru sadar bahwa dia punya kekuatan. Kekuatan yang dia anggap biasa saja ternyata bisa mengagumkan di mata sang mawar. “Tapi mawar, kamu selalu dicari orang. Kamu selalu menjadi hiasan rumah yang cantik, atau menjadi hiasan rambut para gadis,”

Sang mawar kembali tersenyum, “Kamu benar bambu, aku sering dipakai sebagai hiasan dan dicari orang, tapi tahukah kamu, aku akan layu beberapa hari kemudian, tidak seperti kamu,”

Bambu kembali bingung, “Aku tidak mengerti,”

“Ah bambu..” ujar mawar sambil menggeleng, “Kamu tahu, manusia sering menggunakan dirimu sebagai alat untuk mengalirkan air. Kamu sangat berguna bagi tumbuhan yang lain. Dengan air yang mengalir pada tubuhmu, kamu menghidupkan banyak tanaman,” lanjut sang mawar.

“Aku jadi heran, dengan manfaat sebesar itu, seharusnya kamu bahagia, bukan iri padaku,”

Bambu mengangguk, dia baru sadar bahwa selama ini, dia telah bermanfaat untuk tanaman lain. Walaupun pujian itu lebih sering ditujukan untuk mawar, sesungguhnya bambu juga memiliki manfaat yang tidak kalah dengan bunga cantik itu. Sejak percakapan dengan mawar, sang bambu tidak lagi merenungi nasibnya, dia senang mengetahui kekuatan dan manfaat yang bisa diberikan untuk makhluk lain

Pesan

Komponen

Daripada menghabiskan tenaga Bertujuan untuk mengungkap dengan iri pada orang lain, lebih aspek kehadiran makna sehingga baik bersyukur atas kemampuan lanjut usia mampu merespon

diri sendiri pada saat ini, apalagi kehidupan baik yang sudah atau jika berguna untuk orang lain. yang sedang dialaminya

Cerita I (pertemuan ke-2)

T U A!!!

Dulu, saya selalu memimpikan kehidupan yang indah dengan anak, cucu, dan cicit saya. Saya selalu berharap seperti orang tua kebanyakan. Bermain bersama cucu di taman, menunggu anak dan menantu pulang kerja. Menyiram tanaman, membuatkan masakan untuk cucu, bercanda dengannya. Namun, pada kenyataannya semua yang saya harapkan berbeda dengan takdir yang telah ditentukan Tuhan.

Pada kenyataannya saya harus melewati masa tua di panti jompo bersama dengan orang-orang yang seumuran denganku. Umur saya saat ini 75 tahun, teman-teman saya disini juga begitu. Ada banyak alasan mengapa mereka tiba-tiba disini. Alasan pertama yang ku temukan adalah anak-anak mereka terlalu sibuk dengan urusan pekerjaannya, sehingga tidak ada waktu untuk mengurus orang tua yang mulai menua. Akhirnya anak-anak mereka menitipkan orang tuanya di panti jompo, banyak dari teman-teman saya disini yang merasa bahwa anak-anaknya mengabaikan diri mereka.

Lalu bagaimana dengan saya? Sebenarnya alasan saya tidak jauh beda dengan teman-teman yang lainnya. Anak saya bekerja di luar negeri, menjadi TKI. Biasanya dia pulang 5 tahun sekali, awalnya anak saya tidak mau menitipkan saya di panti jompo. Katanya takut durhaka sama orang tua. Namun, semakin lama ia meninggalkanku semakin ia khawatir disana. Saya seorang diri disini, suami sudah meninggal dan anak cuma 1 kerja di luar negeri jadi TKI Akhirnya, ia berbicara padaku untuk membawaku kesini, tujuannya agar aku tidak tinggal sendirian di rumah dan ada teman yang seumuran, hehehehe. Dengan segera aku meng-iya-kan pendapat anakku. Aku juga tidak mau terlalu merepotkan tetangga sekitar rumah.

Disini teman-temanku banyak yang merasa kesepian, mereka tidak tahu harus berbuat apa di masa tuanya. Aku sebenarnya tidak suka dengan cara

pandang orang tua seumuranku yang seperti itu. Jika tidak bisa berbuat apa-apa, ayo kita buat sesuatu. Jangan pernah berpikir bahwa ketika kita menjadi tua, maka kita tidak bisa melakukan apa-apa. Tepis pandangan yang seperti itu, ketika kita sudah mulai tua yang harus kita lakukan ialah kita harus lebih memperbanyak mendekatkan diri pada Tuhan, karna kita tidak akan pernah tahu sampai kapan kita hidup, malaikat tidak pernah janji untuk mencabut nyawa umatnya, datangnya pasti dadakan sesuai dengan perintah Tuhan.

Saya tahu, semakin tua maka kerja otak akan semakin melemah. Makanya, lemahnya otak kita jangan sampai membuat lemah jiwa kita. Umur boleh tua, kerja otak boleh mulai melambat, tapi jiwa harus tetap muda. Teman-teman saya selalu berkata seperti ini, “Aku wes tua Sri. Bisa apa? Berdiri aja gak kuat. Anak wes sibuk dengan urusan masing-masing. Gak ada yang bisa aku lakukan.” Jangan begitu, meskipun anak sibuk dengan urusan diri sendiri, kita sebagai orang tua harus tetap mendoakan, karena itulah ladang pahala kita. Meskipun kita tua, jangan sampai kita kehilangan tujuan hidup. Kerangka berpikirku seperti ini, tujuan hidup manusia saat masih anak-anak pasti ingin segera lulus sekolah, tujuan hidup manusia ketika mulai dewasa pasti ingin sukses dan memiliki pasangan hidup, ketika sudah tua tujuan hidup manusia sebenarnya adalah menikmati kehidupan masa tuanya dengan anak dan cucu. Tapi, dibalik fase tujuan manusia yang saya sebutkan tadi, sebenarnya tujuan hidup manusia sejak kecil sampai tua renta seperti saya adalah bertemu dengan Tuhan di Surga. Mengapa? Karena kita didunia ini hanya sementara, tempat kekal kita akhirat. Jika teman-teman seumura saya bingung mengenai tujuan hidup? Mau ngapain ketika sudah tua? Perbanyaklah kegiatan keagamaan kita disamping itu mungkin kita bisa membuat acara dengan teman tahun 40-an. Jangan sedih karena ada di panti jompo, disini kita bisa bertemu teman seumuran, seharusnya kita bisa lebih produktif. Salam jompo dari saya ibu renta dengan anak TKI!!!

Pesan

Semakin tua bukan berarti tidak bisa produktif tetapi semakin tua semakin tau apa arti dari dorongan untuk mencari makna

Komponen

Mengungkap aspek mencari makna sehingga lanjut usia mempunyai

kehidupan ini

hidup dan seberapa besar ia
memahami dalam berbagai kondisi

Cerita I (pertemuan ke-3)

Bersyukur dan Bahagia

Alkisah, ada seorang pedagang kaya yang merasa dirinya tidak bahagia. Dari pagi-pagi buta, dia telah bangun dan mulai bekerja. Siang hari bertemu dengan orang-orang untuk membeli atau menjual barang. Hingga malam hari, dia masih sibuk dengan buku catatan dan mesin hitungnya. Menjelang tidur, dia masih memikirkan rencana kerja untuk keesokan harinya. Begitu hari-hari berlalu.

Suatu pagi sehabis mandi, saat berkaca, tiba-tiba dia kaget saat menyadari rambutnya mulai menipis dan berwarna abu-abu. "Akh. Aku sudah menua. Setiap hari aku bekerja, telah menghasilkan kekayaan begitu besar! Tetapi kenapa aku tidak bahagia? Ke mana saja aku selama ini?"

Setelah menimbang, si pedagang memutuskan untuk pergi meninggalkan semua kesibukannya dan melihat kehidupan di luar sana. Dia berpakaian layaknya rakyat biasa dan membaur ke tempat keramaian. "Duh, hidup begitu susah, begitu tidak adil! Kita telah bekerja dari pagi hingga sore, tetapi tetap saja miskin dan kurang," terdengar sebagian penduduk berkeluh kesah. Di tempat lain, dia mendengar seorang saudagar kaya; walaupun harta berkecukupan, tetapi tampak sedang sibuk berkata-kata kotor dan memaki dengan garang. Tampaknya dia juga tidak bahagia.

Si pedagang meneruskan perjalanannya hingga tiba di tepi sebuah hutan. Saat dia berniat untuk beristirahat sejenak di situ, tiba-tiba telinganya menangkap gerak langkah seseorang dan teriakan lantang, "Huah! Tuhan, terima kasih. Hari ini aku telah mampu menyelesaikan tugasku dengan baik. Hari ini aku telah pula makan dengan kenyang dan nikmat. Terima kasih Tuhan, Engkau telah menyertaiku dalam setiap langkahku. Dan sekarang, saatnya hambamu hendak beristirahat. "Setelah tertegun beberapa saat dan menyimak suara lantang itu, si pedagang

bergegas mendatangi asal suara tadi. Terlihat seorang pemuda berbaju lusuh telentang di rerumputan. Matanya terpejam. Wajahnya begitu bersahaja.

Mendengar suara di sekitarnya, dia terbangun. Dengan tersenyum dia menyapa ramah, "Hai, Pak Tua. Silahkan beristirahat di sini." "Terima kasih, Anak Muda. Boleh bapak bertanya?" tanya si pedagang. "Silakan." "Apakah kerjamu setiap hari seperti ini?". "Tidak, Pak Tua. Menurutku, tak peduli apapun pekerjaan itu, asalkan setiap hari aku bisa bekerja dengan sebaik2nya dan pastinya aku tidak harus mengerjakan hal sama setiap hari. Aku senang, orang yang kubantu senang, orang yang membantuku juga senang, pasti Allah juga senang di atas sana. Ya kan? Dan akhirnya, aku perlu bersyukur dan berterima kasih kepada Allah atas semua pemberiannya ini".

Sumber: <http://dt-cerita.blogspot.co.id/2010/01/bersyukur-dan-bahagia.html>

Pesan	Komponen
pekerjaan atau kegiatan apapun yang dilakukan harus dengan senang karena ketika kita lanjut usia mampu merespon mengerjakan dengan senang hati, orang lain pun juga ikut merasakan hal yang sama	Bertujuan untuk mengungkap aspek kehadiran makna sehingga kehidupan baik yang sudah atau yang sedang dialaminya

Cerita I (pertemuan ke-3)

Perjuangan Seorang Nenek

Di sore hari, ada seorang nenek yang sedang duduk di samping rumah. dia sering melamun dikala mentari sudah mulai menghilangkan wujudnya. Nenek itu sudah berumur 90 tahunan, dengan rambut yang sudah memutih, dengan kulitnya yang sudah mulai keriput, giginya yang sudah mulai ompong, punggungnya yang sudah membungkuk, dan juga dengan suaranya yang sudah mulai nggak jelas (pelo). Dia tetap berdiri tegar melawan kerasnya hidup dan derasnya cobaan. Rumahnya jauh

dari penduduk atau lebih dekatnya di dekat (tegal). Dia hidup sebatang kara. Suaminya sudah meninggal dan dia tidak dikaruniai anak.

Sehari-harinya dia bekerja mencari kayu bakar di hutan-hutan sekitar rumahnya. Kemudian kayu itu dijual ke penduduk-penduduk yang perjalanannya kurang lebih 2 km dari rumahnya, dia tak pernah putus asa, dia tak pernah menyesali kehidupan, dia memang nenek yang sangat luar biasa, dia mempunyai sifat yang jarang banget dimiliki orang lain, yaitu sifatnya yang penyabar dan tak pernah gelisah dalam menghadapi cobaan apapun. Bekerja sebagai pencari kayu bakar, ia tekuni sejak dia masih berumur 60 tahunan, di saat itu kakek (suaminya) masih ada. Biasanya Mereka mencari kayu bakar bersama-sama.

Dia menekuni pekerjaan ini demi sesuap nasi, demi menyambung hidup. Banyak orang yang menganggap pekerjaan ini sepele, tapi bagi nenek ini pekerjaan itu sangat amat mulia. Karena dengan ranting-ranting kayu inilah nenek bisa bertahan hidup.

Kemanapun nenek pergi, pasti nenek itu tak pernah lepas dari selendang yang ia sampirkan di pundaknya. Di selendang itu ada selemba foto nenek bersama suaminya disaat suaminya masih ada. Foto itu ia taruh di pucuk selendang yang diikat (dibundeli). Di saat sedang sendiri, nenek ini membuka ikatan selendangnya dan melihat foto tadi. Dia sayang banget sama suaminya, kalau ada apa-apa, baik kejadian yang menyenangkan maupun menyedihkan nenek itu sering mencurahkan hatinya ke foto itu...

Dengan radio mungilnya yang ia miliki sejak ia masih SD, radio pemberian ibunya yang masih ia simpan sampai sekarang. Kadang kalau hatinya sedang gundah, nenek ini sering memutar musik di radio mungilnya itu, untuk menghilangkan atau mengurangi kejenuhan, disertai dengan kicauan burung, sambil memakan tela bakar dan secangkir kopi di dekat pohon bambu dengan angin yang semilir, nenek ini merasakan aman dan damainya kehidupan.

“Hidup memang penuh dengan tantangan dan cobaan. Tetapi bila dijalani dengan sungguh-sungguh, tantangan dan cobaan ini pasti akan lunak atau akan menyerah

pada kita. Bukan kita yang akan menyerah pada tantangan dan cobaan, Melainkan tantangan dan cobaan itulah yang akan menyerah pada kita”. Kata-kata inilah yang menjadi prinsip nenek itu, kata-kata ini dia selalu ingat-ingat sejak dia masih kecil. Setiap mau melakukan sesuatu, tetapi dia sudah pasrah atau menyerah duluan, ibunya pasti bilang kayak gitu. Sehingga dengan sendirinya nenek ini ingat kata-kata itu. Nah, inilah yang menjadi motivasi nenek untuk menjadi lebih kuat dalam menghadapi apapun.

Nenek ini banyak disegani warga, karena sifatnya yang mulia, dan tak kenal lelah. Meskipun sudah tua, dia tetap bekerja sebisanya, dia tak mau meminta-minta. Dia tak ingin dikasihani.

Sambil menjual kayu bakar, nenek ini sering membersihkan jalan-jalan, memungut sampah, dan menanami pohon-pohon kecil di tanah-tanah yang kosong, lebih tepatnya di tanah yang gersang, supaya kalau hujan tanah-tanah ini tidak longsor dan menyebabkan banjir. Nenek melakukan semua ini tanpa mempunyai fikiran timbal balik atau jasa dari warga. Dia melakukan ini tulus dari hati, bukan karena dia ingin dikatakan nenek pahlawan atau apa, tetapi memang benar-benar dari hati.

Tapi siapa sangka, Keikhlasan, kesabaran dan kegigihan nenek ini menghasilkan buah yang sangat manis, ada seorang warga yang melaporkan ketulusan nenek ini ke lurah, kemudian lurah ini melaporkan kepada atasan-atasannya, dan laporannya disetujui oleh para aparat, sehingga nenek ini mendapat piagam penghargaan dari provinsi dan mendapat uang tiap bulannya enam ratus ribu. Selain itu, nenek ini juga diberi fasilitas (rumah yang lebih layak), tapi nenek ini menolak. Dia hanya mau tinggal di rumahnya sendiri. Karena dengan rumah gubuknya ini, nenek itu mempunyai banyak kenangan dengan suaminya. Kegiatan ini kelihatanya mudah, tapi tidak semua orang mau melakukannya tanpa pamrih.

Sumber: <http://cerpenmu.com/cerpen-kehidupan/perjuangan-seorang-nenek.html>

Pesan

tetap berjuang dan berusaha dalam menghadapi hidup tidak sekedar pasrah kepada Tuhan tetapi juga diimbangi dengan doa

Komponen

Mengungkap aspek mencari makna sehingga lanjut usia mempunyai dorongan untuk mencari makna hidup dan seberapa besar ia memahami dalam berbagai kondisi

Daftar Pustaka

- Bandiyah, Siti. 2009. *Lanjut Usia dan Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Bastaman, H.D. (2007). *Logoterapi: Psikologi untuk menemukan makna hidup dan meraih hidup bermakna*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- Crumbaugh, James C & Leonard T, Maholick. (1964). *An Experimental Study in Existentialism: The Psychometric Approach to Frankl's Concept of Noogenic Neurosis*. Colombus: Georgia
- Erlangga, Sarvatra Wari. (2011). Subjective Well-being Pada Lansia Penghuni Panti Jompo. *Skripsi Psikologi*. Jakarta. Universitas Gunadarma.
- Frankl, Victor E. (2003). *Logoterapi: Terapi psikologi melalui pemaknaan eksistensi*. Yogyakarta: Kreasi Wacana.
- Jatiningtyas, Anting. (2009). *Aspek pendidikan amoral dalam buku cerita anak*. Yogyakarta: IKIP
- Serrat, Olivier. (2008). *Storytelling*". *Journal*. Cornell University ILR School.
- Steger, Michael F & Frazier Patricia. (2006). The Meaning in Life Questionnaire: Assessing the Presence of and Search for Meaning in Life. Vol. 53, No 1, 80-93
- Suardiman, S. (2011). *Psikologi Lanjut Usia*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.

Lampiran 5. Hasil Uji Coba Modul

Nama Narasumber : 1. Nadya Ardisna Arianti

2. Nurul Putri Utami

3. Laily Purnama Sari

Materi : *Story Telling*

Kuisisioner ini digunakan untuk perbaikan, karena itu dimohon untuk mengisi sesuai dengan penilaian anda sendiri tanpa dipengaruhi oleh orang lain.

Petunjuk Pengisian : Berilah tanda silang (X) pada kolom dibawah ini yang menurut anda paling sesuai.

Keterangan : 1 = Sangat Buruk

2 = Buruk

3 = Cukup

4 = Baik

5 = Sangat baik

No	Pernyataan	1	2	3	4	5
1	Gaya bercerita					
2	Isi cerita					
3	Suasana					
4	Sikap materi					
5	<i>Ice breaking</i>					
6	<i>Feedback</i>					
7	Nilai keseluruhan					

Subjek	Gaya bercerita	Isi cerita	Suasana	Sikap pemateri	<i>Ice breaking</i>	<i>Feedback</i>	Nilai keseluruhan
1	4	4	3	4	3	4	5
2	3	4	4	4	4	4	4
3	4	3	4	4	4	4	4
4	5	4	4	4	4	4	4
5	4	3	4	5	4	4	4
6	4	4	5	4	4	4	5
7	4	4	4	4	3	4	4
8	4	4	4	4	4	4	5
Total	32	30	32	33	30	32	35
Rata-rata	4	3,75	4	4,12	3,75	4	4,37

Kesimpulan dari hasil uji coba modul yaitu nilai rata-rata penilaian yang diberikan berada pada angka 3,99. Dari nilai tersebut berarti bahwa modul yang akan digunakan untuk intervensi dinilai BAIK dan layak untuk digunakan.

Lampiran 6. *Guide Interview*

Pra Storytelling	Bagaimana Anda memandang hidup?
	Bagaimana Anda merasakan kehidupan sehari-hari?
	Apa yang membuat hidup Anda menjadi bersemangat?
	Apa harapan dalam hidup Anda sekarang?
	Apa keinginan Anda yang belum tercapai? Sudahkah anda berusaha untuk mencapainya?
	Apa tujuan Anda dalam hidup?
Pasca Storytelling	Bagaimana perasaan Anda saat ini?
	Apa yang Anda rasakan setelah mendengar cerita yang disampaikan?
	Menurut Anda, apa hikmah atau pelajaran yang dapat diambil dari cerita ini?
	Bagaimana Anda menyikapi kehidupan Anda setelah mendengarkan cerita ini?

Lampiran 7. Hasil Analisa Data

UJI MAN WHITNEY PRETEST EKSPERIMEN DAN KONTROL

Ranks

	KELOMPOK	N	Mean Rank	Sum of Ranks
PRETEST	Eksperimen	11	10,95	120,50
	Kontrol	11	12,05	132,50
	Total	22		

Test Statistics^a

	PRETEST
Mann-Whitney U	54,500
Wilcoxon W	120,500
Z	-,403
Asymp. Sig. (2-tailed)	,687
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	,699 ^b

a. Grouping Variable: KELOMPOK

b. Not corrected for ties.

UJI WILCOXON PRETEST dan POSTTEST EKSPERIMEN - KONTROL

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Pretest_Kontrol - Posttest_Kontrol	Negative Ranks	1 ^a	2,50	2,50
	Positive Ranks	4 ^b	3,13	12,50
	Ties	6 ^c		
	Total	11		
Pretest_Eksperimen - Posttest_Ekspertimen	Negative Ranks	11 ^d	6,00	66,00
	Positive Ranks	0 ^e	,00	,00
	Ties	0 ^f		
	Total	11		

a. Pretest_Kontrol < Posttest_Kontrol

b. Pretest_Kontrol > Posttest_Kontrol

c. Pretest_Kontrol = Posttest_Kontrol

d. Pretest_Eksperimen < Posttest_Ekspertimen

e. Pretest_Eksperimen > Posttest_Ekspertimen

f. Pretest_Eksperimen = Posttest_Ekspertimen

Test Statistics^a

	Pretest_Kontrol - Posttest_Kontrol	Pretest_Eksperimen - Posttest_Ekspertimen
Z	-1,414 ^b	-2,943 ^c
Asymp. Sig. (2-tailed)	,157	,003

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

c. Based on positive ranks.

UJI MANN WHITNEY POST TEST EKSPERIMEN dan KONTROL

Ranks

	Kelompok	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Posttest	Eksperimen	11	17,00	187,00
	Kontrol	11	6,00	66,00
	Total	22		

Test Statistics^a

	Posttest
Mann-Whitney U	,000
Wilcoxon W	66,000
Z	-3,998
Asymp. Sig. (2-tailed)	,000
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	,000 ^b

a. Grouping Variable: Kelompok

b. Not corrected for ties.

Lampiran 8. Surat Izin Penelitian



**PEMERINTAH KABUPATEN MALANG
DINAS KESEHATAN
UPTD PUSKESMAS DAU**

Jln. Raya Mulyo Agung No.212 Telepon (0341) 462123
e-mail: puskesmasdau@yahoo.com
MALANG

Dau, 24 Desember 2016

Nomor : 072 / 282 / 35.07.103.139/ 2016 Kepada,
Sifat : Penting Yth: Kepala Desa Tegal Weru
Lampiran : - di
Perihal : Ijin Pengambilan Data **TEGAL WERU**

Menindak lanjuti surat dari Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang No: E.6.k/1422/Psi-UMM/XII/2016 tanggal 19 Desember 2016 maka diberitahukan kepada Saudara bahwa akan ada kegiatan pengambilan data dari mahasiswa Prodi S1 Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang di desa Tegal Weru atas nama:

Nama : NURUL PUTRI UTAMI
NIM : 201310230311200
Judul : Metode Story Telling Untuk Meningkatkan
Meaning of Life Pada Lansia.

Demikian atas perhatian dan kerjasama yang baik kami sampaikan terima kasih.

